

**DZIKIR SEBAGAI TERAPI PENYEMBUHAN GANGGUAN  
JIWA DALAM PERSPEKTIF IMAM AL-GHAZALI**



**Skripsi**

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas Dan Memenuhi Syarat-syarat  
Guna Memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag)  
Dalam Ilmu Ushuluddin

Oleh:

**ZALIKA KURNIATI**

**NPM. 1331010051**

**Prodi: Aqidah dan Filsafat Islam**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN  
LAMPUNG**

**1439 H / 2018 M**

**DZIKIR SEBAGAI TERAPI PENYEMBUHAN GANGGUAN  
JIWA DALAM PERSPEKTIF IMAM AL-GHAZALI**

Pembimbing I : Dr. Himyari Yusuf, M.Hum

Pembimbing II : Andi Eka Putra, M.A

**Skripsi**

Diajukan untuk Melengkapi Tugas-tugas Dan Memenuhi Syarat-syarat

Guna Memperoleh Gelar Sarjana Agama (S.Ag)

Dalam Ilmu Ushuluddin



Oleh:

**ZALIKA KURNIATI**

**NPM. 1331010051**

**Prodi : Aqidah dan Filsafat Islam**

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA  
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN  
LAMPUNG**

**1439 H / 2018 M**

## ABSTRAK

### DZIKIR SEBAGAI TERAPI PENYEMBUHAN GANGGUAN JIWA DALAM PERSPEKTIF IMAM AL-GHAZALI

Oleh

**Zalika Kurniati**

Skripsi ini mengkaji tentang dzikir sebagai terapi penyembuhan gangguan jiwa dalam perspektif Imam Al-Ghazali. Penelitian ini dilatarbelakangi oleh permasalahan hidup manusia yang terkadang orang mempunyai masalah tersebut tidak mampu menghadapi masalahnya hingga bisa menyebabkan seseorang frustrasi dan bunuh diri. Menurut Al-Ghazali berdzikir secara terus-menerus kepada Allah merupakan obat bagi penyakit hati dan jiwa.

Kajian pada penelitian ini adalah untuk mengungkap bahwa dzikir dapat menjadi terapi penyembuhan gangguan jiwa dalam perspektif Imam Al-Ghazali. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kepustakaan (*library research*), sedangkan sifat penelitian ini bersifat deskriptif filosofis. Dalam pengumpulan data, peneliti menggunakan sumber data primer dan data sekunder. Teknik pengumpulan data yang peneliti gunakan adalah klarifikasi (mengumpulkan seluruh data dan sumber yang ada, baik literatur ataupun sumber lainnya) dan klasifikasi (memilah-milah data yang telah diklarifikasi untuk kemudian dicocokkan dengan sub bab sistematika pembahasan). Setelah data-data diperoleh, selanjutnya data tersebut di analisis dengan metode deskriptif, metode hermeneutika, metode interpretasi, dan metode content analisis. Kemudian di tarik kesimpulan dengan menggunakan metode deduksi yaitu suatu metode yang dipakai untuk menarik kesimpulan dari uraian-uraian yang bersifat umum kepada uraian yang bersifat khusus.

Berdasarkan penelitian ditemukan beberapa hal, yang *pertama*; makna dan hakikat dzikir menurut Imam Al-Ghazali adalah mendekatkan diri / hati dari segala hal yang berkaitan kepada Allah, dan seraya mengucapkan tasbih, tahmid, tahlil, istighfar, dan lain sebagainya. Yang *kedua*; dzikir dapat menjadi terapi gangguan jiwa dalam perspektif Imam Al-Ghazali apabila berdzikir/mengingat Allah, mengingat segala kebesaran-Nya, rahmat-Nya, dan mengingat hakikat penciptaan manusia, bahwa innasolati wanusuki wahmayaya wamamati lillahirobbil alamin (sesungguhnya shalatku, ibadahku, hidup, dan matiku adalah milik Allah), maka hati akan menjadi tenang karena kita bersandar kepada Allah dan senantiasa bersyukur serta berserah diri kepada Allah.





**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**

*Alamat : Jl. Letkol. H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. (0721) 703278*

**PERSETUJUAN**

**Judul Skripsi : DZIKIR SEBAGAI TERAPI PENYEMBUHAN GANGGUAN  
JIWA DALAM PERSPEKTIF IMAM AL-GHAZALI**

**Nama : Zalika Kurniati**  
**NPM : 1331010051**  
**Jurusan : Aqidah dan Filsafat Islam**  
**Fakultas : Ushuluddin**

**MENYETUJUI**

**Untuk dimunaqasyahkan dan dipertahankan dalam sidang Munaqasyah  
Fakultas Ushuluddin UIN Raden Intan Lampung**

**Pembimbing I**

**Dr. Himyari Yusuf, M.Hum**  
**NIP.196409111996031001**

**Pembimbing II**

**Andi Eka Putra, M.A**  
**NIP.1972092319980131002**

**Mengetahui**

**Ketua Jurusan Aqidah dan Filsafat Islam**

**Dra. Hj. Yusafida Rasvidin, M.Ag**  
**NIP. 1960081993032001**





**KEMENTERIAN AGAMA**  
**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI RADEN INTAN LAMPUNG**  
**FAKULTAS USHULUDDIN DAN STUDI AGAMA**

Alamat : Jl. Letkol. H. Endro Suratmin Sukarame Bandar Lampung Telp. (0721) 703278

**PENGESAHAN**

Skripsi dengan judul: **DZIKIR SEBAGAI TERAPI PENYEMBUHAN GANGGUAN JIWA DALAM PERSPEKTIF IMAM AL-GHAZALI**, disusun oleh **Zalika Kurniati**, NPM: 1331010051, Prodi: Aqidah dan Filsafat Islam, telah diujikan dalam sidang Munaqasyah Fakultas Ushuluddin pada Hari/Tanggal: Kamis, 07 Juni 2018.

**TIM DEWAN PENGUJI**

**Ketua** : **Dr. Sudarman, M.Ag**

(.....)

**Sekretaris** : **Drs. A. Zaeny, M.Kom.I**

(.....)

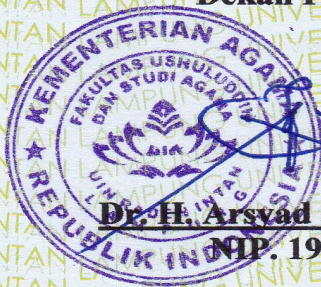
**Pembahas I** : **Prof. Dr. M. Baharudin, M.Hum**

(.....)

**Pembahas II** : **Dr. Himyari Yusuf, M.Hum**

(.....)

**Mengetahui**  
**Dekan Fakultas Ushuluddin**



**Dr. H. Arsyad Sobby Kesuma, Lc., M.Ag**  
**NIP. 195808231993031001**



## PERNYATAAN ORISINALITAS

**Assalamualaikum, Wr. Wb.**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Zalika Kurniati

NPM : 1331010051

Jurusan : Aqidah dan Filsafat Islam

Menyatakan bahwa skripsi yang berjudul **“DZIKIR SEBAGAI TERAPI PENYEMBUHAN GANGGUAN JIWA DALAM PERSPEKTIF IMAM AL-GHAZALI”** adalah benar-benar hasil karya saya sendiri dan tidak ada unsur plagiat, kecuali beberapa bagian yang disebutkan sebagai rujukan didalamnya. Apabila dikemudian hari dalam skripsi ini ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan tersebut, maka seluruhnya menjadi tanggung jawab saya dan saya menerima segala sanksi sebagai akibatnya.

Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya.

**Wassalamualaikum, Wr. Wb.**

Bandar Lampung, 23 Mei 2018

Yang menyatakan

**Zalika Kurniati**

**NPM. 1331010051**

## PEDOMAN TRANSLITERASI

### 1. Konsonan

Arab	Latin	Arab	Latin	Arab	Latin	Arab	Latin
ا	A	د	Dz	ظ	Zh	ن	N
ب	B	ر	R	ع	'	و	W
ت	T	ز	Z	غ	Gh	ه	H
ث	Ts	س	S	ف	F	ء	'
ج	J	ش	Sy	ق	Q	ي	Y
ح	H	ص	Sh	ك	K		
خ	Kh	ض	Dh	ل	L		
د	D	ط	Th	م	M		

### 2. Vokal

Vokal Pendek		Contoh	Vokal Panjang		Contoh	Vokal Rangkap	
اَ	A	جعل	اِ	A	سار	اِي...	Ai
اِ	I	سغل	يِ	I	فيل	اُو...	Au
اُ	U	نكرا	وِ	U	بحور		

### 3. Ta Marbuthah

Ta Marbuthah yang hidup atau mendapat harkat fathah, kasrah dan dhammah, transliterasinya adalah /t/. Sedangkan ta marbuthah yang mati atau mendapat harakat sukun, transliterasinya adalah /h/. Seperti kata : Thalbah, Raudhah, Jannatu al- Na'im.

### 4. Syaddah dan Kata Sandang

Dan transliterasi, tanda syaddah dilambangkan dengan huruf, yaitu huruf yang sama dengan huruf yang diberi tanda syaddah itu. Seperti kata : nazzala, rabbana. Sedangkan kata sandang "al" tetap ditulis "al" baik pada kata yang dimulai dengan huruf qamariyyah maupun syamsiyyah. Contohnya : al-markaz, al-syamsu.

Pedoman transliterasi ini menggunakan *Pedoman Penulisan Karya Ilmiah Mahasiswa* yang diterbitkan oleh IAIN Raden Intan Lampung yang digunakan sebagai pedoman Surat Keputusan Bersama (SKB) Menteri dan Agama Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 158 tahun 1987 dan Nomor 0543b/U/Tahun 1987, untuk memudahkan penulisan skripsi ini.

## MOTTO

الَّذِينَ ءَامَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُم بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴿٢٨﴾

Artinya : (yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingati Allah-lah hati menjadi tenteram. (QS. Ar-Rad : 28)<sup>1</sup>



---

<sup>1</sup>*Al-Qur'an dan Terjemahannya* (Semarang: CV Toha Putra, 1989), h. 373.



## PERSEMBAHAN

Dengan rasa syukur atas nikmat Allah Swt. dengan semua pertolongannya sehingga dapat terselesaikannya skripsi ini. Karya ilmiah (Skripsi) sederhana ini penulis persembahkan kepada:

1. Kedua orang tuaku Bapak Poniran dan Ibu Baryati yang selalu mengasihi dan menyayangiku dari kecil dengan segenap jiwa dan raga, rela berkorban nyawa, tetesan keringat dan air mata, mendidik dari buaian sampai saat ini dengan keikhlasan yang tak terbalas, dan selalu mendo'akan semua hal yang terbaik untuk anaknya.
2. Adikku satu-satunya Rohmah Anzalin tersayang, terima kasih karena selama ini telah mendukungku memberikan do'a dan semangat tanpa mengharapkan apapun.
3. Ustad Anas Hidayatullah (Andi Eka Putra, M.A) dan Dr. Himyari Yusuf, M.Hum pembimbing yang luar biasa dan penuh kesabaran dalam membimbing, memberi semangat, nasehat, serta motivasi kepada peneliti.
4. Suci Rahma dan Reni Romadhona teman seperjuangan dalam mengerjakan skripsi, terima kasih atas motivasi dan nasehatnya selama proses penelitian berlangsung.
5. Memori Tutiana sahabat terbaikku yang selalu mendengarkan keluh kesahku, memberi nasehat, selalu memberikan semangat, serta membarikan ide dan masukan untuk kebaikan penulisan skripsiku.

6. Keluarga Aqidah dan Filsafat Islam (AFI) 2013 yang memberikan do'a, dukungan, dan motivasi, serta cerita-cerita indah selama kita bersama dalam proses perkuliahan.
7. Keluarga yang dipertemukan selama 41 hari KKN (Kuliah Kerja Nyata) Kelompok 86; Nur Fadhillah, Dewi Setiawati, Siti Adhitya S., Leni Marlin Santi, Maya Larasati, Nurma Kalong, Robeeyah Cheni, Zahid Bin Mat Dui, Hanif Wira Cendika, Suko Budi Santoso, Omar Ghani Ash-Shiddqi, Fedriandri Wiranata yang selalu memberikan semangat.





## **RIWAYAT HIDUP**

Penulis dilahirkan di Kotabumi, pada tanggal 20 Desember 1995, anak pertama dari dua bersaudara, dari pasangan Bapak Poniran dan Ibu Baryati.

Pendidikan formal yang penulis tempuh yaitu di Taman Kanak-Kanak (TK) Islam Ibnurusyd Kotabumi diselesaikan pada tahun 2001 selanjutnya di Sekolah Dasar (SD) Negeri 1 Rejosari diselesaikan pada tahun 2007. Kemudian penulis melanjutkan ke Sekolah Menengah Pertama (SMP) Negeri 7 Kotabumi dan diselesaikan pada tahun 2010. Lalu di Sekolah Menengah Atas (SMA) Negeri 4 Kotabumi diselesaikan pada tahun 2013.

Pada pertengahan tahun 2013 penulis melanjutkan ke Universitas Islam Negeri (UIN) Raden Intan Lampung di Fakultas Ushuluddin Jurusan Aqidah dan Filsafat Islam. Penulis juga pernah mengikuti UKM Pramuka, Puskima (Pusat Kajian Karya Ilmiah Mahasiswa), dan Ikam Lampura (Ikatan Mahasiswa Lampung Utara).

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah Swt. yang telah memberikan petunjuk dan limpahan rahmat, hidayah, serta nikmat-Nya, sehingga atas kehendak-Nya skripsi dengan judul **“DZIKIR SEBAGAI TERAPI PENYEMBUHAN GANGGUAN JIWA DALAM PERSPEKTIF IMAM AL-GHAZALI”** dapat terselesaikan.

Shalawat beserta salam semoga tersampaikan kepada Nabi yang mulia yakni Rasulullah Muhammad Saw. kepada keluarga, sahabat, dan seluruh umat yang selalu mengikuti ajaran beliau.

Penyusunan skripsi ini merupakan bagian dari persyaratan untuk menyelesaikan Pendidikan pada program Strata Satu (S1) Fakultas Ushuluddin UIN Raden Intan Lampung.

Skripsi ini dapat terselesaikan berkat dukungan serta bantuan dari semua pihak, oleh karena itu dalam kesempatan ini penulis menghaturkan terima kasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. H. Moh. Mukri M.Ag selaku rektor UIN Raden Intan Lampung yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk menimba ilmu pengetahuan di kampus tercinta ini.
2. Bapak Dr. Arsyad Sobby Kesuma, Lc. M.Ag selaku Dekan Fakultas Ushuluddin UIN Raden Intan Lampung.
3. Ibu Dra. Hj. Yusafrida Rasyiddin, M.Ag sebagai ketua Jurusan Aqidah dan Filsafat Islam dan bapak Drs. A. Zaeny, M.Kom.I selaku sekretaris



jurusan yang telah membantu dan memberikan kesediaan waktunya dalam penyelesaian skripsi ini.

4. Bapak Dr. Himyari Yusuf, M.Hum selaku Pembimbing I dan bapak Andi Eka Putra M.A selaku pembimbing II yang telah banyak memberikan saran, sumbangan pemikiran, serta arahan kepada peneliti sehingga dapat tersusunnya skripsi ini.
5. Bapak Wakil Dekan I, II, dan III Fakultas Ushuluddin yang banyak memberi semangat dan bantuan kepada peneliti.
6. Bapak/Ibu Dosen Fakultas Ushuluddin UIN Raden Intan Lampung yang telah banyak memberi ilmu pengetahuan selama peneliti menimba ilmu di Fakultas Ushuluddin, khususnya di Jurusan Aqidah dan Filsafat Islam.
7. Bapak dan Ibu kepala perpustakaan pusat dan Fakultas Ushuluddin UIN Raden Intan Lampung yang telah memberikan bantuan dan fasilitas kepustakaan selama peneliti melakukan penelitian dan penyusunan skripsi.
8. Kedua orang tuaku dan adikku tercinta, serta suamiku tersayang, yang selalu memberikan do'a, motivasi serta dukungan selama penelitian berlangsung.
9. Teman sekaligus sahabat Suci Rahma, Memori Tutiana, Lutfi Rohimah, dan Maharani yang membantu dan mau menjadi tempat untuk mencurahkan kisah kesahkkku dalam penulisan skripsi.
10. Keluarga seperjuangan Aqidah dan Filsafat Islam (AFI 13) Yulya Sari, Anggi Ulandari, Yusrin Pakaya, Nurhidayah, Havid Alviani, Siti Rukoyah, Nesia Mu'asyara, Rozali Bangsawan, Ricko Yohanes, M. Kholil Supatmo,

Dicka Widyan Pratama, Abiem Pangestu. Terima kasih atas dukungan, semangat serta motivasi dari kalian semua.

11. Segenap staf karyawan Fakultas Ushuluddin UIN Raden Intan Lampung yang telah memberikan pelayanan yang baik terhadap peneliti.

12. Kampus UIN Raden Intan Lampung tempatku menimba ilmu dan almamater tercinta.

Hanya do'a yang bisa penulis lakukan, semoga bantuan yang saudaraku berikan mendapatkan balasan dari Allah Swt. dan semoga selalu diberi kesehatan serta dimudahkan rezekinya dan diberi keberkahan dalam sepanjang hidupnya.

Sadar dan mengakui bahwa skripsi ini jauh dari kata sempurna, namun inilah hasil kerja keras yang secara maksimal penulis mampu sajikan. Untuk itu, masukan dan saran yang sifatnya membangun sangat diharapkan.

Semoga karya tulis yang sederhana ini memberi manfaat bagi semua pihak dan mampu menjadi jembatan penghubung peneliti dalam mencapai cita-cita dan harapan dimasa yang akan datang. Amiin....

Bandar Lampung, 23 Mei 2018

Penulis

Zalika Kurniati  
NPM. 1331010051



## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>ii</b>
<b>PERSETUJUAN.....</b>	<b>iii</b>
<b>PENGESAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>PERNYATAAN ORISINILITAS.....</b>	<b>v</b>
<b>PEDOMAN TRANSLITERASI .....</b>	<b>vi</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>vii</b>
<b>PERSEMBAHAN.....</b>	<b>viii</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>x</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xiv</b>
 <b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Penegasan Judul .....	1
B. Alasan Memilih Judul .....	3
C. Latar Belakang Masalah.....	4
D. Rumusan Masalah .....	10
E. Tujuan dan Kegunaan Penelitian .....	10
F. Metode Penelitian.....	11
G. Tinjauan Pustaka .....	17
 <b>BAB II DZIKIR DAN GANGGUAN JIWA</b>	
A. Dzikir.....	20
1. Pengertian Dzikir.....	20
2. Macam-Macam Dzikir.....	24
3. Manfaat Dzikir.....	34
4. Tujuan Dzikir.....	42

B. Gangguan Jiwa .....	44
1. Pengertian Gangguan Jiwa .....	44
2. Sebab-Sebab Gangguan Jiwa .....	47
3. Macam-Macam Gangguan Jiwa .....	51

### **BAB III BIOGRAFI DAN KARYA IMAM AL-GHAZALI**

A. Riwayat Hidup Singkat Imam Al-Ghazali .....	59
B. Perkembangan Intelektualitas Imam Al-Ghazali .....	64
C. Karya-Karya Imam Al-Ghazali .....	67
D. Pokok-Pokok Pemikiran Imam Al-Ghazali .....	72

### **BAB IV HAKIKAT DZIKIR DAN TERAPI GANGGUAN JIWA**

A. Hakikat Dzikir Menurut Imam Al-Ghazali .....	82
B. Dzikir Sebagai Terapi Gangguan Jiwa Dalam Perspektif Imam Al-Ghazali .....	87

### **BAB V PENUTUP**

A. Kesimpulan .....	99
B. Saran .....	100
C. Penutup .....	101

### **DAFTAR PUSTAKA**

### **LAMPIRAN-LAMPIRAN**



# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Penegasan Judul**

Untuk menghindari kesalahpahaman dalam menginterpretasikan makna judul skripsi ini yaitu **“DZIKIR SEBAGI TERAPI PENYEMBUHAN GANGGUAN JIWA DALAM PERSPEKTIF IMAM AL-GHAZALI”**, maka perlu dijelaskan secara singkat kata-kata istilah yang terdapat dalam judul skripsi ini.

Dzikir menurut Sayyid Sabiq adalah “mengingat Allah, yaitu apa yang dilakukan oleh hati dan lisan berupa tasbih atau mensucikan Allah Ta’ala, memuji dan menyanjung-Nya, menyebut sifat-sifat kebesaran dan keagungan serta sifat-sifat keindahan dan kesempurnaan yang telah dimiliki-Nya”.<sup>1</sup> Dzikir yang dimaksud di sini yaitu salah satu cara mendekatkan diri kepada Allah untuk selalu mengingat-Nya, menyebut nama-Nya, serta memuji kebesaran-Nya dengan lisan maupun hati.

Terapi adalah usaha untuk memulihkan kesehatan orang yang sedang sakit; pengobatan penyakit; perawatan penyakit.<sup>2</sup> Terapi adalah suatu upaya yang dilakukan untuk memulihkan orang yang sedang sakit baik sakit fisik maupun sakit jiwanya.

---

<sup>1</sup> Sayyid Shabiq, *Fiqih Sunnah Jilid 4*, Penerjemah Mahyuddin Syaf (Bandung: Al-Ma’arif, 1988), h. 213.

<sup>2</sup> Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2008), Edisi iv, h. 1449.

Penyembuhan adalah proses, cara, perbuatan menyembuhkan; pemulihan.<sup>3</sup> Penyembuhan yang dimaksud disini yaitu cara untuk menyembuhkan orang yang sedang sakit fisik maupun sakit jiwanya. Penelitian ini lebih memfokuskan penyembuhan pada orang yang jiwanya sakit.

Gangguan adalah hal yang menyebabkan ketidaklancaran.<sup>4</sup> Jiwa adalah bagian immaterial (bukan jasmaniah seseorang). Biasanya jiwa dipercaya mencakup pikiran, kepribadian, ruh, dan akal. Jiwa juga diartikan sebagai seluruh kehidupan batin manusia (yang terjadi dari perasaan, pikiran, angan-angan, dan sebagainya).<sup>5</sup>

Menurut Frederick H. Kanfer dan Arnold P. Goldstein, gangguan jiwa adalah kesulitan yang harus dihadapi oleh seseorang karena hubungannya dengan orang lain, kesulitan karena persepsinya tentang kehidupan dan sikapnya terhadap dirinya sendiri.<sup>6</sup> Gangguan jiwa disebabkan karena ketidakmampuan manusia untuk mengatasi konflik dalam diri, tidak terpenuhinya kebutuhan hidup, perasaan kurang diperhatikan (kurang dicintai) dan perasaan rendah diri.

Perspektif dalam Kamus Bahasa Indonesia karya Suharto dan Tata Iryanto artinya cara menggambarkan suatu benda atau sudut pandang.<sup>7</sup> Sedangkan menurut para filosofi perspektif adalah perkembangan atau perubahan yang positif. Maksudnya adalah suatu pandangan agama terhadap pokok permasalahan yang dikaji yaitu tentang zikir sebagai terapi penyembuhan gangguan jiwa.

---

<sup>3</sup> *Ibid.* h. 1261.

<sup>4</sup> Suharto dan Tata Iryanto, *Kamus Bahasa Indonesia* (Surabaya: Indah, 1989), h. 38.

<sup>5</sup> *Ibid.*, h. 52.

<sup>6</sup> Djamaludin Ancok, *Psikologi Islami* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001), h. 91.

<sup>7</sup> Suharto dan Tata Iryanto, *Kamus Bahasa Indonesia* (Surabaya: Indah, 1989), h. 99.

Imam Al-Ghazali nama lengkapnya adalah Abu Hamid Muhammad Ibn Muhammad Al-Ghazali Ath-Thusi dan panggilannya Abu Hamid Al-Ghazali.<sup>8</sup> Ia adalah ulama besar yang dikenal pemikirannya di bidang ilmu kalam, filsafat, dan tasawuf. Selain itu, ia adalah salah seorang pemikir besar Islam yang dianugerahi gelar *hujjat Al-Islam* (bukti kebenaran agama Islam) dan *zayn ad-din* (perhiasan agama).<sup>9</sup> Dalam sejarah perkembangan Islam, Al-Ghazali dipandang sebagai pembela besar tasawuf sunni, yakni tasawuf yang berdasarkan doktrin *ahlus sunnah wal jama'ah* juga berdasarkan kehidupan yang asketis.<sup>10</sup> Selain sebagai tokoh sufi, ia juga dikenal sebagai tokoh yang ahli dalam bidang ilmu fikih, kalam, dan filsafat. Dalam karya-karyanya terutama dalam bidang tasawuf, Al-Ghazali banyak menggunakan metode-metode tentang bagaimana cara hamba mendekatkan diri kepada sang *Khaliq* (pencipta) termasuk tentang dzikir.

Berdasarkan uraian diatas, maka maksud dari judul penelitian ini yaitu suatu penelitian untuk mengetahui bagaimana dzikir dapat menjadi terapi penyembuhan gangguan jiwa dalam perspektif Imam Al-Ghazali.

## B. Alasan Memilih Judul

Ada beberapa alasan yang mendasari judul skripsi ini dipilih untuk dijadikan judul penelitian dan diangkat menjadi pembahasan dalam skripsi, yaitu:

### 1. Alasan Objektif

---

<sup>8</sup> Beni Ahmad Saebani dan Abdul Hamid, *Ilmu Akhlak* (Bandung: CV Pustaka Setia, 2010), h. 189.

<sup>9</sup> Dedi Supriyadi, *Pengantar Filsafat Islam* (Bandung: CV Pustaka Setia, 2013), cet. III, h. 143.

<sup>10</sup> Abu Al-Walaf Al-Ghanimi Al-Taftazani, *Sufi Dari Zaman Ke Zaman*, Terj. Ahmad Rofi' Utsmani (Bandung: Pustaka Salman, 1985), h. 148.



- a) Fungsi dan peranan agama Islam bagi banyak umat muslim masih terbatas pada rukun Islam dan rukun iman saja. Maka dari itu, peneliti tertarik untuk meneliti dzikir, karena dzikir adalah salah satu bentuk peribadatan dalam menghadap dan sebagai cara untuk mendekatkan diri kepada Allah swt.
- b) Dzikir (ingat kepada Allah Swt) memiliki makna yang mampu menjadi penawar dan obat bagi orang yang sedang terganggu jiwanya yang kurang mendapat perhatian dan pengobatan, karena tidak semua orang mengetahuinya.

## 2. Alasan Subjektif

- a) Pembahasan pokok dalam skripsi ini relevan dengan disiplin ilmu yang peneliti pelajari di Jurusan Aqidah Dan Filsafat Islam Fakultas Ushuluddin Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung.
- b) Adanya data-data dan literatur yang mendukung serta memadai dalam pembahasan skripsi ini sehingga memudahkan dan memungkinkan penyelesaian skripsi ini sesuai dengan yang diharapkan.

## C. Latar Belakang Masalah

Pada dasarnya manusia memiliki problematika dalam kehidupan yang mengakibatkan terganggunya kejiwaan, dan bahkan dengan kemajuan zaman yang semakin canggih ini, serta kebutuhan manusia yang semakin meningkat terus-menerus tanpa batas, timbul hasrat yang ingin memperoleh hasil sebanyak-banyaknya yang terkadang tanpa memperhatikan sama sekali norma-norma yang

ada, baik hukum maupun agama, banyak masyarakat yang mengalami kegoncangan jiwa ataupun gangguan jiwa.

Dilain pihak, tentunya tidak semua kehendak dan keinginan yang bergejolak itu dapat terpenuhi sehingga menimbulkan kecemasan dan konflik dalam diri seseorang. Tidak jarang konflik-konflik dan ketegangan-ketegangan yang menjadi sumber penyebab dari timbulnya gangguan emosional pada seseorang yang jika tidak mendapatkan penyelesaian yang baik dari segi kejiwaan akan membawa efek-efek atau resiko yang lebih jauh.

Jika kita perhatikan manusia dalam kehidupan sehari-harinya ada banyak macam-macam yang terlihat; ada orang yang terlihat selalu bergembira dan bahagia, sederhana, disenangi banyak orang, pekerjaannya berjalan dengan lancar dan baik, serta tidak mudah terserang penyakit.

Sebaliknya, ada orang yang sering mengeluh, bersedih dan tidak cocok dengan orang lain dalam bekerja, ada juga yang selalu gelisah dan cemas serta mudah terserang penyakit, dengan kata lain kehidupannya tidak tenang, sekalipun materi yang dimiliki cukup memadai.

Kesehatan jiwa dan kesehatan badan tidak dapat dipisahkan, kalau jiwa sehat, dengan sendirinya memancarkan bayangan itu melalui mata dan seluruh tubuh, dari sana tumbuh keceriaan dan semangat hidup. Sebagaimana yang dikemukakan Zakiah Daradjat bahwa:

“Yang menentukan ketenangan dan kebahagiaan hidup adalah kesehatan mental, kesehatan mental itulah yang menentukan tanggapan seseorang terhadap suatu persoalan dan kemampuan menyesuaikan diri, kesehatan mental pula yang

menentukan apakah orang yang mempunyai gairah untuk hidup atau akan pasif dan tidak bersemangat”.<sup>11</sup>

Hubungan antara kesehatan mental (jiwa) dengan kesehatan badan saling mempengaruhi, yang paling dominan sekali adalah kesehatan mental sangat mempengaruhi kesehatan tubuh manusia.

Dalam dunia kedokteran hal di atas dikenal sebagai istilah Psikosomatik. Kh. S.S Djam'an mengatakan Psikosomatik yaitu “penyakit badan yang ditimbulkan dari keluhan jiwa, misalnya orang yang merasa takut terkadang menimbulkan penyakit buang air besar”.<sup>12</sup>

Ketika manusia menyadari kondisi tubuhnya mulai mengalami penurunan maka ia akan melakukan pengobatan. Dalam upaya pengobatan kadang-kadang memerlukan waktu yang tidak sebentar bisa berminggu-minggu, berbulan-bulan, bahkan bertahun-tahun, setelah melakukan bermacam-macam pengobatan; seperti pada medis (kedokteran) dan pengobatan tradisional seperti kedukun urut dan minum ramuan-ramuan (jamu), penyakit yang dirasakannya hilang tapi hanya waktu yang sebentar dan kemudian timbul kembali.

Setelah dilakukan pemeriksaan ulang secara intensif oleh dokter ahli, dalam pemeriksaan itu tidak ditemukan kelainan pada organ tubuh (badan) melainkan yang didapati kondisi jiwa yang tertekan, karena kesal yang berlarut-larut, penyesalan yang berkepanjangan, merasa berdosa dan sebagainya.

---

<sup>11</sup> Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental* (Jakarta: Gunung Agung, 1983), h.16.

<sup>12</sup> Kh.S.S.Djam'an, *Islam dan Psikosomatik (Penyakit Jiwa)* (Jakarta: Bulan Bintang, 1975), h. 7.



Bila faktor kejiwaan tadi yang menjadi sumber penyakit dalam tubuh maka pengobatan pada si penderita dititikberatkan pada pengobatan kejiwaan tanpa mengabaikan pengobatan biasa atau pengobatan badan.<sup>13</sup>

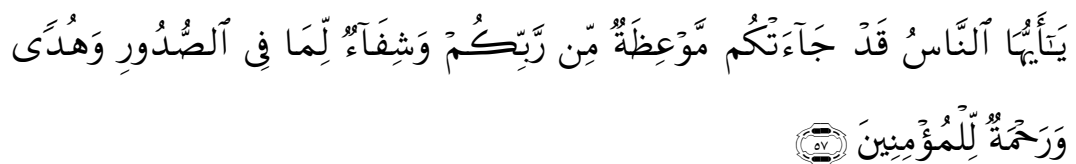
Dalam hal pengobatan penyakit jiwa Kh.S.S. Djam'an mengatakan sebagai berikut: "Bahan pengobatan dalam Psikosomatik atau penyakit jiwa yang ditimbulkan oleh ketegangan jiwa, hanya dapat diobati oleh agama (agama Islam)".<sup>14</sup>

Hal ini juga dibenarkan oleh Allah Swt dalam Al-Qur'an Surat Al-Isra' ayat 82, yaitu:



Artinya: "Dan kami turunkan Al-Qur'an suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al-Qur'an tidaklah menambah kepada orang-orang yang zalim selain kerugian".<sup>15</sup>

Dan dalam Surat Yunus ayat 57, Allah berfirman:



<sup>13</sup> Aulia, *Agama Dan Kesehatan Badan/Jiwa* (Jakarta: Bulan Bintang, 1974), h. 12.

<sup>14</sup> Kh.S.S. Djam'an, *Op-Cit.* h. 13.

<sup>15</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya* (Surabaya: Surya Cipta Aksara, 1993), h. 437.

Artinya: “Hai manusia, sesungguhnya telah datang kepadamu pelajaran dari Tuhanmu dan penyembuh bagi penyakit-penyakit (yang berada) dalam dada dan petunjuk bagi orang-orang yang beriman”.<sup>16</sup>

Dalam keyakinan umat Islam terhadap Al-Qur'an yaitu sebagai kitab suci juga sebagai pedoman dasar untuk segala aspek termasuk salah satu diantaranya mengenai kesehatan dan pengobatan.

Firman lain yang berhubungan dengan zikir terdapat dalam Surat Ar- Ra'd ayat 28, yaitu:



Artinya: “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tentram.”<sup>17</sup>

Serta dalam Hadits Shahih muslim ditegaskan:

“Dari Jabir r.a. berkata, Rasulullah Saw bersabda: setiap penyakit pasti ada obatnya, apabila penyakit itu kena obatnya, dia sembuh dengan seizin Allah Aza Wazalla” (Hr. Muslim).<sup>18</sup>

Dalam pengobatan orang yang mengalami gangguan jiwa mereka tidak banyak lagi diberikan pengobatan oleh medis seperti obat-obatan, melainkan kepada mereka yang mengalami kondisi seperti itu diberikan pengobatan secara agama (agama Islam) yakni mendekatkan diri kepada Allah Swt melalui dzikir, membaca ayat-ayat al-Qur'an serta tekun shalat dan berdo'a.

<sup>16</sup> Ibid., h. 315.

<sup>17</sup> Ibid., h.373.

<sup>18</sup> Fachrudin HS, *Terjemahan Hadits Shahih Muslim I* (Jakarta: Bulan Bintang, 1978), h.156.

Pengobatan melalui jalan agama dalam prakteknya tidak sulit, tidak banyak mengeluarkan biaya, dengan iman kepada-Nya dan menengadahkan tangan memohon pertolongan dan perlindungan-Nya.

Pengobatan melalui jalan agama terkadang ditekankan begitu saja karena merasa maju dan modern, dzikir, membaca do'a, shalat, dianggap kurang maju dan tidak modern bahkan dianggap tidak berarti apa-apa.

Firman Allah Swt dalam surat Al-Baqarah ayat 153, yaitu:

يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا اسْتَعِينُوا بِالصَّبْرِ وَالصَّلَاةِ إِنَّ اللَّهَ مَعَ الصَّابِرِينَ ﴿١٥٣﴾

Artinya: *"Hai orang-orang yang beriman jadikan sabar dan shalat sebagai penolongmu, sesungguhnya Allah beserta orang-orang yang sabar"*.<sup>19</sup>

Orang selalu berdzikir (mengingat Allah) dapat mengontrol anggota badannya untuk tetap disiplin, ucapannya sesuai dengan perbuatannya, lahiriyah sesuai dengan batinnya, karena Allah Swt selalu dekat dan ingat kepada-Nya.

Dengan selalu ingat kepada Allah Swt dan melaksanakan ajaran agama dengan khusyu' dan ikhlas, maka didalam diri manusia tidak akan terjadi konflik batin, kesedihan yang berlarut-larut, rasa putus asa dan sifat-sifat lain yang merugikan bagi diri sendiri.

Berdasarkan latar belakang di atas, dzikir sebagai terapi penyembuhan gangguan jiwa dalam perspektif Al-Ghazali merupakan suatu hal yang menarik untuk dibahas. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk mengangkat permasalahan

<sup>19</sup> Departemen Agama RI, *Op-Cit.*, h. 38.



tersebut dan mengkajinya lebih mendalam. maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Dzikir Sebagai Terapi Penyembuhan Gangguan Jiwa Dalam Perspektif Imam Al-Ghazali”, yaitu untuk mengetahui dan menjelaskan dzikir dalam pemikiran Imam Al-Ghazali.

#### **D. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, fokus persoalan yang akan ditemukan jawabannya dalam penelitian ini dirumuskan sebagai berikut:

1. Bagaimana Makna dan Hakikat Dzikir menurut Imam Al-Ghazali?
2. Mengapa Dzikir dapat menjadi Terapi Gangguan Jiwa Dalam Perspektif Imam Al-Ghazali?

#### **E. Tujuan dan Kegunaan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan diadakannya penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui Makna dan Hakikat Dzikir menurut Imam Al-Ghazali.
2. Untuk menjelaskan bahwa Dzikir dapat menjadi Terapi Gangguan Jiwa dalam Perspektif Imam Al-Ghazali..

Adapun penelitian dengn judul “Dzikir Sebagai Terapi Penyembuhan Gangguan Jiwa Dalam Perspektif Imam Al-Ghazali” ini dapat memberikan manfaat sebagai berikut:

1. Penelitian ini diharapkan sebagai sarana penerapan ilmu yang bersifat teoritis yang selama ini sudah dipelajari.
2. Dengan adanya penelitian ini diharapkan dapat menambah kontribusi dalam pengembangan wacana berfikir bagi peneliti dan dapat menjadi masukan wacana keilmuan bagi mahasiswa UIN Raden Intan Lampung yang ada di Fakultas Ushuluddin khususnya pada Jurusan Aqidah dan Filsafat Islam.
3. Adanya penelitian ini juga dapat menjawabnya persoalan Dzikir Sebagai Terapi Penyembuhan Gangguan Jiwa Dalam Perspektif Imam Al-Ghazali.

#### **F. Metode Penelitian**

Dalam suatu penelitian metode memegang peranan yang sangat penting, karena metode merupakan cara utama yang dipergunakan untuk mencapai suatu tujuan, misalnya untuk menguji serangkaian hipotesa dengan mempergunakan tehnik serta alat-alat tertentu.<sup>20</sup>

Oleh karena itu, penelitian ini mengharapakan hasil yang maksimal, maka perlu ditentukan metode-metode tertentu dalam melaksanakan penelitian tersebut. Hal ini agar penelitian yang dilakukan dapat berjalan dengan baik. Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

##### **1. Jenis dan Sifat Penelitian**

###### **a. Jenis Penelitian**

---

<sup>20</sup> M. Ahmadi Anwar, *Prinsip-Prinsip Metodologi Research* (Yogyakarta: Sumbangsih, 1975), h. 2.

Penelitian ini berjenis kepustakaan atau sering disebut *Library Research*. *Library Research* adalah mengadakan penelitian kepustakaan dengan cara mengumpulkan buku-buku literatur yang diperlukan dan dipelajari.<sup>21</sup>

#### b. Sifat Penelitian

Di lihat dari sifatnya, penelitian ini termasuk penelitian *deskriptif filosofis*, yaitu suatu penelitian yang memaparkan suatu keadaan, objek, segala kebiasaan, perilaku tertentu kemudian dianalisis secara lebih kritis.<sup>22</sup> Penelitian ini memiliki objek material yakni terapi penyembuhan gangguan jiwa, sedangkan objek formalnya adalah zikir.

#### 2. Sumber Data

Dalam penelitian ini penulis mengumpulkan data dan informasi dengan cara membaca, mencatat, mengutip, serta mengumpulkan data-data yang diperoleh sejauh menurut pokok bahasannya.

Dalam kaitannya ini, peneliti mengumpulkan data primer dan sekunder sebagai berikut:

##### a. Data Primer

Data primer adalah data yang berasal dari sumber aslinya.<sup>23</sup>

---

<sup>21</sup> M. Iqbal Hasan. *Pokok-Pokok Materi Metodologi Penelitian dan Aplikasinya* (Jakarta: Ghia Indonesia, 2005).

<sup>22</sup> Anton Bakker, *Metode-metode Filsafat* (Jakarta: Ghalia, 1984), h. 62.

<sup>23</sup> *Ibid.*, h. 32.



Data primer dalam penelitian ini membahas tentang dzikir dalam Perspektif Imam Al-Ghazali seperti;

1. Ihya' Ulumuddin (Buku Ketiga), karya Al-Ghazali
2. Rahasia Zikir dan Do'a (Percikan Ihya'Ulum Al-Din), karya Al-Ghazali
3. Al-Qur'an dan terjemahannya

b. Data Sekunder

Data sekunder adalah data yang tidak berkaitan langsung dengan aslinya. Dalam hal ini peneliti menggunakan buku-buku, internet, dan lain-lain yang berkaitan dengan permasalahan pada objek penelitian yang membahas pemikiran Al-Ghazali tentang dzikir, dengan kata lain data sekunder ini adalah kesaksian data yang tidak berkaitan langsung dengan sumber asli, dan berfungsi untuk melengkapi pembahasan penelitian ini<sup>24</sup>, seperti:

1. *Ihya' 'Ulumuddin (Buku Pertama): Biografi Al-Ghazali, Ilmu, Iman (cet. I Edisi Revisi)* Imam Al-Ghazali (Bandung: Marja, 2014)
2. *Hakekat Tasawuf* Syaikh Abdul Qadir Isa (Jakarta: Qisthi Press, 2005)
3. *Mensucikan Jiwa 'Konsep Tazkiyatun Nafs: Intisari Ihya Ulumuddin Al-Ghazali'* Sa'id Hawwa (Jakarta: Robbani Press, 1998)
4. *Menyelami Lubuk Tasawuf* Mulyadhi Kartanegara (Jakarta: Erlangga, 2006)

---

<sup>24</sup> Cholid Narbuko dan Abu Achmad, *Metode Penelitian* (Jakarta: Bumi Aksara, 1997), h. 42.

5. *Zikir Itu Nikmat* Muhammad Zaki (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2002)
6. *Mendzikirkan Mata Hati* Imam Nawawi (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2005.)

### 3. Pengumpulan Data

Dalam proses pengumpulan data peneliti melakukan beberapa tahapan, diantaranya:

#### a. Klarifikasi

Dengan klarifikasi, peneliti mengumpulkan seluruh data dan sumber yang ada, baik literatur ataupun dari sumber lainnya yang akan dijadikan bahan penelitian, kemudian menyeleksi yang terlebih dahulu mana data yang relevan dan akan digunakan dalam penelitian ini.

#### b. Klasifikasi

Setelah peneliti mengklarifikasi data yang relevan dengan judul penelitian, maka langkah selanjutnya memilah-milah data yang telah diklarifikasi untuk kemudian dicocokkan dengan sub bab sistematika pembahasan, atau pada wilayah pembahasan manakah data itu akan dipergunakan.<sup>25</sup>

Dalam proses pengumpulan data, peneliti akan mengumpulkan buku-buku yang berkaitan dengan objek penelitian (sumber data primer dan data sekunder) yaitu zikir sebagai terapi penyembuhan

---

<sup>25</sup> Kaelan, *Metodologi Penelitian Kuantitatif Bidang Filsafat* (Yogyakarta: Paradigma, 2005), h. 58.

gangguan jiwa yang selanjutnya ditinjau dari filsafat islam. Adapun teknik yang dilakukan adalah dengan menggunakan runtutan beberapa cara yaitu membaca tahap simbolik, artinya membaca yang dilakukan secara tidak menyeluruh terlebih dahulu, melainkan menangkap sinopsis dari isi buku dari bab yang menyusunnya, sub bab hingga bagian terkecil lainnya.<sup>26</sup>

#### 4. Analisis Data

Analisis data merupakan upaya untuk menata dan mendeskripsikan data secara sistematis guna mempermudah peneliti dalam meningkatkan pemahaman terhadap objek yang sedang diteliti. Dalam menganalisis data peneliti menggunakan beberapa macam metode analisa, diantaranya:

##### a. Metode Deskriptif

Secara etimologi, deskriptif berarti bersifat menguraikan/ menerangkan sebuah kata.<sup>27</sup> Metode ini merupakan salah satu unsur hakiki yang menguraikan secara teratur mengenai suatu permasalahan dalam suatu fenomena tertentu. Dimana masalah tidak hanya disajikan secara abstrak dan dilepaskan dari hidup kongkrit, namun harus dirasakan bahwa konsepsi yang disajikan memang lahir dan tumbuh dari masalah dan substansi kongkrit, sehingga memberikan jawaban

<sup>26</sup> *Ibid.* h. 157.

<sup>27</sup> Peter Salim dan Yenny Salim, *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer* (Jakarta: Modern English Press, 1991), h. 347.

atas masalah.<sup>28</sup> Mula-mula setelah data terkumpul, peneliti memaparkan dan memahami dengan teliti data-data tersebut. Hal-hal yang mengkaji seputar dzikir dijabarkan lebih rinci, dengan memperhatikan sudut pandang yang diambil dalam penelitian yaitu pemikiran Imam Al-Ghazali.

b. Metode Interpretasi, yaitu memahami pemikiran dari tokoh yang diteliti untuk dapat menangkap maksud dari tokoh tersebut, kemudian dibandingkan pula dengan pendapat-pendapat dari peneliti lain tentang tema yang sama, kemudian beberapa data terkait untuk dipilih dan dipilah bagian-bagian pokok yang menyangkut pandangan tokoh yang bersangkutan atas tema yang dikemukakan.<sup>29</sup> Dalam hal ini pemikiran Imam Al-Ghazali tentang dzikir.

c. Metode Content Analysis (Analisis Isi), yaitu analisis buku-buku primer dan buku-buku sekunder tentang persepektif Imam Al-Ghazali mengenai dzikir.<sup>30</sup>

## 5. Metode Penarikan Kesimpulan

Setelah dilakukan analisa, maka peneliti akan menarik kesimpulan. Metode yang digunakan oleh peneliti dalam penarikan kesimpulan adalah metode deduksi. Metode deduksi adalah suatu metode yang dipakai untuk menarik kesimpulan dari uraian-uraian yang bersifat umum kepada uraian

---

<sup>28</sup> Anton Bakker dan Achmad Charis Zubair, *Metodologi Penelitian Filsafat* (Yogyakarta: Kansius, 1990), h. 112.

<sup>29</sup> Anton Bakker, *Metode-Metode Filsafat* (Jakarta: Ghalia, 1984), h. 21.

<sup>30</sup> Noeng Muhadjir, *Metode Penelitian Kualitatif* (Jakarta: Rajawali Pers, 1992), h. 18.



yang bersifat khusus.<sup>31</sup> Metode ini digunakan dengan alasan agar apa yang diperoleh akan dapat disimpulkan dengan baik dan sesuai dengan tujuan penulisan skripsi.

## G. Tinjauan Pustaka

Tinjauan pustaka adalah menjelaskan secara sistematis dan logis hubungan penelitian dengan yang akan dilakukan, dengan penelitian yang terdahulu, atau dengan buku-buku mengenai topik yang akan diteliti.

Seperti telah disebutkan diatas pada pokok permasalahan, bahwa telaah ini memfokuskan pada kajian “Dzikir sebagai Terapi Penyembuhan Gangguan Jiwa dalam Perspektif Imam Al-Ghazali”. Objek material pada penelitian ini adalah Dzikir Sebagai Terapi Penyembuhan Gangguan Jiwa, sedangkan objek formalnya adalah Imam Al-Ghazali.

Berdasarkan pelacakan bahan-bahan pustaka yang terdapat pada karya ilmiah berupa skripsi yang telah dilakukan oleh peneliti, ada banyak yang mengkaji permasalahan tentang dzikir, tetapi berbeda sudut pandangnya, antara lain:

1. Skripsi yang berjudul “Dzikir Sebagai Upaya Pembersihan Jiwa Dan Implikasinya Terhadap Kesehatan Mental Dalam Tarekat Tijaniyyah Di Buntet Cirebon” yang ditulis oleh Apriani, jurusan Aqidah Filsafat Intitut Agama Islam Negeri (IAIN) Syekh Nurjati Cirebon, 2012, isi skripsi bahwa Tarekat Tijaniyyah mempunyai tiga macam dzikir yaitu

---

<sup>31</sup>Anton Bekker, *Metodologi Penelitian Filsafat* (Yogyakarta: Kanisius, 1990), h. 17.

lazimah, wazhifah, dan hallaalah. Dzikir ini mempunyai implikasi bagi kesehatan mental dan jiwa. Selain itu berdzikir, merupakan salah satu upaya mendekatkan diri kepada Allah. Penelitian ini menggunakan penelitian lapangan (menggunakan teknik interview) dan kepustakaan (menginfestasi buku-buku tentang tarekat tijaniyyah).

2. Skripsi yang berjudul “Peran Majelis Dzikir Dan Shalawat Dalam Pembentukan Akhlak Remaja” yang ditulis oleh Fahrurrozi, jurusan Pendidikan Agama Islam, UIN Syarif Hidayatullah, 2013, isi dari skripsi ini adalah mengupas gagasan Peranan Majelis Dzikir Dan Shalawat Dalam Pembentukan Akhlak Remaja dengan menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif, sedangkan pengumpulan datanya dilakukan dengan menggunakan teknik kuantitatif data yang terkumpul untuk dianalisa isinya sesuai dengan yang dibutuhkan sehingga dapat diambil suatu kesimpulan.
3. Skripsi yang berjudul “Pengaruh Intensitas Mengikuti Kegiatan Majelis Dzikir Terhadap Kecerdasann Emosional Jama’ah Dzikir Al-Hikmah” yang ditulis oleh Ana Syarifah, jurusan Tarbiyah, Sekolah Tinggi Agama Islam Negeri (STAIN) Salatiga, 2012, isi dari skripsi ini adalah membahas tentang tingkat rutinitas jama’ah dzikir dalam mengikuti majlis dzikir pengaruhnya terhadap kecerdasan emosional.
4. Skripsi yang berjudul “Zikir Fardi Dan Jam’i Dalam Al-Qur’an Dan Hadits” yang ditulis oleh Ristam Efendi, jurusan Tafsir Hadits, Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2014, isi skripsi

adalah membahas tentang Zikir Fardi dan Jam'i yang dikaitkan dengan Al-Qur'an dan Al-Hadits (bahwa zikir fardi dan jam'i adalah termasuk dalam kategori ibadah, baik dilakukan secara sendiri-sendiri atau berjama'ah, dan zikir ini tersebut termasuk kategori "ibadah ammah" karena waktu dan bentuk penyelenggaraannya tidak dikemukakan dalam Al-Qur'an dan Al-Hadits).

5. Skripsi yang berjudul "Kontribusi Dzikir Dalam Pembentukan Kepribadian Muslim (Studi Terhadap Pengikut Dzikir Thariqah Syadziliyah di Pondok Pesantren Miftahul Huda)" yang ditulis oleh Lisa Deni Ristiningrum, jurusan Pendidikan Agama Islam, Universitas Islam Negeri Sunan Kalijaga Yogyakarta, 2012, isi dari skripsi ini adalah membahas tentang bagaimana bentuk dan pelaksanaan dzikir Thariqah Syadziliyah dalam pembentukan kepribadian muslim, dan apa faktor pendukung serta faktor penghambat baik dalam pelaksanaan dzikir maupun syiar pendidikan dzikir Thariqah Syadziliyah di Pondok Pesantren Miftahul Huda.

Berdasarkan uraian di atas berkaitan dengan Dzikir Sebagai Terapi Penyembuhan Gangguan Jiwa ternyata belum ada yang secara khusus membahas dalam Perspektif Imam Al-Ghazali. Dengan demikian peneliti merasa urgen untuk melakukan penelitian tentang Dzikir Sebagai Terapi Penyembuhan Gangguan Jiwa Dalam Perspektif Imam Al-Ghazali.

## BAB II

### DZIKIR DAN GANGGUAN JIWA

#### A. Dzikir

##### 1. Pengertian Dzikir

Secara etimologi dzikir berasal dari kata *dzakara* artinya mengingat, memperhatikan, mengenang, mengambil pelajaran, mengenal atau mengerti dan mengingat.<sup>1</sup> Dzikir berarti mengingat, mengisi atau menuangi, artinya bagi orang yang berzikir berarti mencoba mengisi dan menaungi pikiran dan hatinya dengan kata-kata suci.

Dalam Kamus Tasawuf yang ditulis oleh Solihin dan Rosihin Anwar, dzikir merupakan kata yang digunakan untuk menunjuk setiap bentuk pemusatan pikiran kepada Tuhan, dzikirpun merupakan prinsip awal untuk seseorang yang berjalan menuju Tuhan (suluk).<sup>2</sup>

Secara terminologi dzikir adalah usaha manusia untuk mendekatkan diri pada Allah dengan cara mengingat Allah dan mengingat keagungan-Nya. Adapun realisasi untuk mengingat Allah dengan cara memuji-Nya, membaca firman-Nya, menuntut ilmu-Nya dan memohon kepada-Nya.<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> Afif Anshori, *Dzikir Demi Kedamaian Jiwa* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), h. 116.

<sup>2</sup> Solihin dan Rosihin Anwar, *Kamus Tasawuf* (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2002), h. 36.

<sup>3</sup> Al-Islam, *Muamalah dan Akhlak* (Jakarta: Rineka Cipta, 2007), h. 187.



Spencer Trimingham, pengertian dzikir sebagai ingatan atau latihan spiritual yang bertujuan untuk menyatakan kehadiran Tuhan seraya membayangkan wujudnya atau suatu metode yang dipergunakan untuk mencapai konsentrasi spiritual dengan menyebut nama Tuhan secara ritmis dan berulang-ulang.<sup>4</sup>

Menurut Bastman, dzikir adalah perbuatan mengingat Allah dan keagungan-Nya, yang meliputi hampir semua bentuk ibadah dan perbuatan seperti tasbih, tahmid, shalat, membaca al-Qur'an, berdo'a, melakukan perbuatan baik dan menghadirkan diri dari kejahatan.<sup>5</sup>

Menurut Askat, dzikir adalah segala sesuatu atau tindakan dalam rangka mengingat Allah Swt, mengagungkan asma-Nya dengan lafal-lafal tertentu, baik yang dilafalkan dengan lisan atau hanya diucapkan dalam hati saja yang dapat dilakukan di mana saja tidak terbatas pada ruang dan waktu.<sup>6</sup>

Said Ibnu Djubair dan para ulama lainnya menjelaskan bahwa yang dimaksud dengan dzikir itu adalah semua ketataan yang diniatkan karena Allah Swt, hal itu berarti tidak terbatas masalah tasbih, tahlil, tahmid dan takbir, tapi semua aktifitas manusia yang diniatkan kepada Allah Swt.

---

<sup>4</sup> Afif Anshori, *Op.Cit.*, h. 17.

<sup>5</sup> Bastman Hanna Djumhana, *Integrasi Psikologi dengan Islam* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001), cet. ke III, h. 158.

<sup>6</sup> Askat Abu Wardah, *Wasiat Dzikir dan Do'a Rasulullah SAW* (Yogyakarta: Kreasi Wacana, 2002), h. 6.

Abu Bakar Atjeh memberikan pengertian dzikir sebagai ucapan yang dilakukan dengan lidah atau mengingat Tuhan dengan hati, dengan ucapan atau ingatan yang mempersucikan Tuhan dan membersihkannya dari sifat-sifat yang tidak layak, selanjutnya dengan memuji-pujian sifat-sifat yang sempurna, sifat-sifat yang menunjukkan kebesaran dan kemurnian.<sup>7</sup>

Sementara Alkalabadzi memberikan pengertian bahwa dzikir yang sesungguhnya adalah melupakan semuanya, kecuali yang Esa. Hasan al-Bana seorang tokoh Ikhwanul Muslimin dari Mesir, menyatakan bahwa semua apa saja yang mendekatkan diri kepada Allah dan semua ingatan yang menjadikan diri dekat dengan Tuhan adalah dzikir.<sup>8</sup>

Berdasarkan pengertian diatas, dzikir baru merupakan bentuk komunikasi sepihak antara makhluk dan khalik saja, tetapi lebih dari itu dzikir Allah bersifat aktif dan kreatif, karena komunikasi tersebut bukan hanya sepihak melainkan bersifat timbal balik. Jadi, dzikir Allah bukan sekedar mengingat suatu peristiwa, namun mengingat Allah dengan sepenuh keyakinan akan kebesaran Tuhan dengan segala sifat-sifat-Nya serta menyadari bahwa dirinya berada dalam pengawasan Allah, seraya menyebut nama Allah dalam hati dan lisan.

Ibnu Attaullah Assakandari memberikan pengertian dzikir ialah menjauhkan diri dari kelalaian dengan senantiasa menghadirkan hati

---

<sup>7</sup> Afif Anshori, *Op.Cit.*, h. 19.

<sup>8</sup> *Ibid.*, h. 20.

bersama Allah. Dalam sufisme penyebutan nama Tuhan (dzikir) adalah menggabungkan lidah, hati, dan pikiran dalam kesatuan yang harmonis untuk mengungkapkan pernyataan *laa ilaha illallah*.<sup>9</sup>

Sa'id Hawwa berkata: Orang yang menghendaki akhirat harus membuat program rutin untuk dirinya berupa bacaan *istighfar*, *tahlil*, *shalawat* atas Rasulullah Saw dan dzikir-dzikir ma'tsur lainnya, sebagaimana ia harus membiasakan lisannya untuk dzikir terus-menerus seperti *tasbih*, *istighfar*, *tahlil*, *takbir*, atau *hauqalah* (*laa haula walaa quwwata illaa billah*), untuk menambah program rutin tersebut dengan berbagai shalat, ibadah dan amalan-amalan lainnya. Kesucian dan ketinggian jiwanya akan sangat ditentukan oleh sejauh mana ia telah melaksanakan sarana-sarana *tazkiyah*, baik ia merasakan ataupun tidak.<sup>10</sup>

Imam Nawawi dalam kitab *al-Adzkar* berpendapat bahwa sesungguhnya keutamaan dzikir tidak terhingga, baik tasbih, tahmid, tahlil, takbir maupun kalimat yang lain, bahkan semua amal dalam rangka taat kepada Allah termasuk aktifitas dzikrullah.

Menurut Atha' majelis dzikir adalah majelis yang membahas halal haram, yaitu menerangkan tentang cara jual beli, shalat, puasa, talak dan haji, serta masalah-masalah lain yang serupa.<sup>11</sup>

---

<sup>9</sup> Anwar Syaifudin, *Cara Islami Mencegah dan Mengobati Gangguan Otak, Stres dan Depresi* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), h. 245.

<sup>10</sup> Sa'id Hawwa, *Mensucikan Jiwa 'Konsep Tazkiyatun Nafs: Intisari Ihya Ulumuddin Al-Ggazali'* (Jakarta: Robbani Press, 1998), h. 103.

<sup>11</sup> Imam Nawawi, *Mendzikirkan Mata Hati* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2005), h. 14.

Amin Syukur menjelaskan bahwa Al-Qur'an memberi petunjuk, dzikir bukan hanya ekspresi daya ingat yang ditampilkan dengan komat-kamitnya lidah sambil duduk merenung, tetapi lebih dari itu, dzikir bersifat implementatif dalam berbagai variasi yang aktif dan kreatif.<sup>12</sup>

Berdasarkan pengertian di atas, dapat dipahami bahwa dzikir adalah aktifitas yang dilakukan oleh seluruh jiwa raga, baik lahir maupun batin, kapan saja, dimana saja, dan selalu merasakan kehadiran Allah. Al-Qur'an merupakan pedoman hidup bagi manusia yang sangat komprehensif, termasuk di dalamnya terkandung anjuran-anjuran untuk dzikir.

## 2. Macam-Macam Dzikir

Dzikir merupakan pengalaman ruhani yang dapat dinikmati oleh pelakunya, hal ini yang dimaksud oleh Allah sebagai penentram hati. Menurut Muhammad Zaki pada hakekatnya dzikir dibagi menjadi tiga macam, yaitu:<sup>13</sup>

### 1) Dzikir Qalbiyah

Dzikir qalbiyah adalah merasakan kehadiran Allah dalam melakukan apa saja, sehingga hati selalu senang, tanpa ada rasa takut, karena Allah Maha Melihat, tidak ada yang tersembunyi dari pengetahuan-Nya. Dzikir qalbiyah lazim disebut ihsan, yaitu engkau

<sup>12</sup> Amin Syukur, *Dasar-Dasar Ilmu Dakwah* (Surabaya: al-Ikhlash, 2006), h. 29.

<sup>13</sup> Muhammad Zaki, *Zikir Itu Nikmat* (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2002), h. 199.



menyembah Allah seolah-olah engkau melihat-Nya sekalipun engkau tidak melihat-Nya sesungguhnya Dia melihatmu.

## 2) Dzikir Aqliyah

Dzikir aqliyah adalah kemampuan menangkap bahasa Allah dibalik setiap gerak alam semesta, Allah yang menjadi sumber gerak itu. Segala ciptaannya dengan segala proses kejadiannya adalah proses pembelajaran bagi manusia. Segala ciptaannya berupa batu, sungai, gunung, udara, pohon, manusia, hewan, dan sebagainya merupakan pena Allah Swt yang mengandung kalam-Nya (sunatullah) yang wajib dibaca.

## 3) Dzikir Amaliyah

Dzikir amaliyah memiliki tujuan yang sangat urgen, setelah hati berzikir, akan berdzikir pula lisan, maka akan lahirlah pribadi-pribadi yang suci, pribadi-pribadi berakhlak mulia, dan pribadi-pribadi tersebut akan lahir amal-amal shaleh yang diridhai, sehingga terbentuk masyarakat yang bertaqwa.

Sedangkan pembagian dzikir secara garis besar meliputi;

- a. Dzikir lisan dan hati, yakni dengan mengucapkan kalimat-kalimat dzikir, dan merenungkan serta mengingat Allah dengan hati.
- b. Dzikir perbuatan, yakni dengan berbuat kebaikan dan beramal dengan mengingat kebesaran Allah.<sup>14</sup>

---

<sup>14</sup> Al-Islam, *Muamalah dan Akhlak* (Jakarta: Rineka Cipta, 2007), h. 88.

Beberapa ahli memberikan penjelasan tentang bentuk-bentuk dzikir yang diterapkan dalam kehidupan tasawuf, para ahli tersebut diantaranya Sukanto membagi dzikir ke dalam empat jenis, yaitu:

- 1) Dzikir membangkitkan daya ingat
- 2) Dzikir kepada hukum-hukum ilahi
- 3) Dzikir-zikir mengambil pelajaran atau peringatan
- 4) Dzikir meneliti proses alam<sup>15</sup>

Menurut Amin Syukur banyak bentuk dzikir yang ditentukan dalam ajaran tasawuf; pertama *dzikir jahr* yaitu sesuatu perbuatan mengingat Allah dalam bentuk ucapan-ucapan lisan, yang lebih menampilkan suara yang jelas untuk menuntun gerak hati. Kedua, *dzikir khafi* yaitu dzikir yang samar-samar. Dzikir khafi dilakukan secara khusyu' oleh ingatan baik disertai dzikir lisan atau tidak. Ketiga, *dzikir haqiqi* yaitu dzikir yang sebenarnya, jenis dzikir ini dilakukan oleh seluruh jiwa raga baik lahir maupun batin, kapan saja dan dimana saja.<sup>16</sup>

Menurut Usman Said Sarqawi dzikrullah terbagi atas 3 bagian yakni dzikir dengan hati, dzikir dengan lisan, dan dzikir kepada Allah ketika menghadapi sesuatu yang diharamkan oleh Allah.<sup>17</sup> Dzikir dengan hati merupakan dzikir yang paling agung, misalnya berfikir tentang keagungan Allah, keperkasaan, kerajaan, keindahan ciptaannya, dan ayat-

<sup>15</sup> Afif Anshori, *Dzikir dan Kedamaian Jiwa* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), h. 18.

<sup>16</sup> Amin Syukur, *Insan Kamil 'Paket Pelatihan Seni Menata Hati'* (Semarang: Bima Sakti, 2003), h. 178.

<sup>17</sup> *Ibid.*, h. 183.

ayat-Nya dilangit maupun bumi. Adapun dzikir dengan lisan adalah dzikir kepada Allah dengan membaca tasbih, tahmid, membaca al-Qur'an, istighfar, do'a, dan membaca shalawat kepada Nabi Muhammad Saw. Sedangkan dzikir kepada Allah ketika hendak melakukan perbuatan yang dilarang merupakan dzikir yang utama, sebab seorang muslim akan melaksanakan perintah Allah dan menjauhi larangan-Nya.

Menurut Arifin Ilham, dzikir tidak hanya berdzikir, tetapi juga bertausiyah dan muhasabah. Dzikir meliputi hati, akal, lisan, dan amal. Dzikir hati mengimplementasikan akidah yang kuat, sebab hati ditatap, didengar dan dilihat oleh Allah Swt. Dzikir selanjutnya adalah dzikir akal meliputi tafakur dan tadabur, yakni pemahaman terhadap ayat-ayat Allah yang tertulis, kemudian penerapan dzikir amaliyah. Dzikir sesungguhnya adalah amal atau takwa, mustahis orang bertakwa tanpa melalui dzikir, dengand zikir berulang-ulang seseorang akan menjadi takwa sebab Allah terpelihara dalam ingatan.<sup>18</sup>

Adapun bacaan-bacaan yang dianjurkan dalam dzikir lisan menurut Hawari adalah sebagai berikut:

- a. Membaca tasbih (subhanallah) yang mempunyai arti Maha Suci Allah.
- b. Membaca tahmid (alhamdulillah) yang bermakna segala puji bagi Allah.
- c. Membaca tahlil (la ilaha illallah) yang bermakna tiada Tuhan selain Allah.

---

<sup>18</sup> Arifin Ilham, *Mendzikirkan Mata Hati* (Jakarta: Intuisi Press, 2014), h. 103.

- d. Membaca takbir (Allahu akbar) yang berarti Allah Maha Besar.
- e. Membaca hauqallah (la haula wala quwwata illa billah) yang bermakna tiada daya upaya dan kekuatan kecuali Allah.
- f. Hasballah = hasbiyallahu wani'mal wakil, yang berarti cukuplah Allah dan sebaik-baiknya pelindung.
- g. Istighfar = astaghfirullahal adzim, yang bermakna saya memohon ampun kepada Allah yang Maha Agung.
- h. Membaca lafadz baqiyatussalihah (subhanallah wal hamdulillah wala illaha illallah Allahu akbar) yang bermakna Maha Suci Allah dan segala puji Allah dan tiada Tuhan selain Allah dan Allah Maha Besar.<sup>19</sup>

Menurut Syaikh Abdul Qadir Isa, dzikir terbagi menjadi empat macam, yaitu:<sup>20</sup>

#### 1) Dzikir Sirr (Diam-diam) dan Dzikir Jahar (Bersuara)

Dzikir kepada Allah diisyaratkan baik secara diam-diam maupun dengan bersuara. Rasulullah telah menganjurkan dzikir dengan kedua macamnya. Akan tetapi, para ulama syariat menetapkan dzikir bersuara lebih utama, jika terbebas dari hasrat pamer dan tidak mengganggu orang yang sedang shalat, sedang membaca al-Qur'an atau sedang tidur.

Nawawi telah mengkomparasikan antara keduanya dengan mengatakan bahwa dzikir secara rahasia lebih utama apabila seseorang

<sup>19</sup> Dadang Hawari, *Al-Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa Dan Kesehatan Jiwa* (Yogyakarta: Dana Bhakti Pimayasa, 2002), h. 199.

<sup>20</sup> Syaikh Abdul Qadir Isa, *Hakekat Tasawuf* (Jakarta: Qisthi Press, 2005), h. 97.



takut akan hasrat pamer, atau takut mengganggu orang-orang yang sedang shalat atau sedang tidur. Dan dzikir bersuara lebih utama dalam kondisi selain itu. Sebab, amal zikir bersuara lebih baik; faedahnya dapat menular kepada orang-orang yang mendengarkannya, dapat menghilangkan ngantuk dan dapat menambah semangat. Sebagian kalangan mengatakan, “Suara keras disunnahkan dalam sebagian bacaan al-Qur’an dan lirih disunnahkan dalam sebagian yang lain. Sebab, kadang orang yang membaca al-Qur’an secara lirih merasa jenuh, sehingga dia ingin membacanya secara keras. Sebaliknya, kadang orang yang membaca al-Qur’an keras merasa lelah, sehingga dia ingin membacanya dengan lirih.” Begitu juga halnya dengan dzikir.<sup>21</sup>

## 2) Dzikir Lisan dan Dzikir Hati

Nawawi menyatakan, “Para ulama sepakat bahwa dzikir dengan lisan dan hati dibolehkan bagi orang yang sedang berhadas, orang yang sedang junub, wanita yang sedang haid dan wanita yang sedang nifas. Dan dzikir yang dimaksud adalah tasbih, tahmid, takbir, shalawat kepada Nabi, do’a dan lain sebagainya.

Nawawi juga berkata, “Dzikir bisa dengan hati dan bisa juga dengan lisan. Dan yang lebih utama adalah penggabungan antara keduanya. Apabila seseorang memilih salah satunya, maka dzikir dengan hati lebih utama. Hanya saja, sebaiknya dzikir dengan lisan

---

<sup>21</sup> *Ibid.*, h. 98-100.

tidak ditinggalkan karena takut akan hasrat pamer. Keduanya harus dilakukan dengan niat untuk mengharap ridha Allah.<sup>22</sup>

Al-Ghazali berkata, “Telah tersingkap bagi orang-orang yang memiliki mata hati bahwa dzikir adalah amal perbuatan yang paling utama. Tapi dzikir memiliki tiga kulit. Sebagian kulit lebih dengan isi dari sebagian yang lain. Dan dia memiliki isi di balik ketiga kulitnya itu. Keutamaan kulit adalah karena dia merupakan jalan untuk sampai kepada isi.

Kulit teratas adalah dzikir dengan lisan saja. Kulit yang kedua adalah dzikir hati. Hati membutuhkan penyesuaian, sehingga dia dapat hadir bersama dzikir. Seandainya hati dibiarkan, maka dia akan terseret ke lembah-lembah pemikiran.

Kulit yang ketiga, dzikir menetap di dalam hati dan menguasainya. Dalam kondisi ini, dzikir sulit dipalingkan dari hati, sebagaimana kesulitan untuk menetakannya di dalamnya pada kulit kedua.

Yang keempat adalah isi. Yaitu obyek dzikir (Allah) menetap kokoh dalam hati, sedangkan lafal dzikir itu sendiri terhapus dan hilang. Inilah isi yang dicari. Yang demikian ini terjadi jika seseorang tidak melirik kepada dzikir dan hati, tapi dia tenggelam bersama obyek dzikir (Allah) secara total. Apabila di tengah dzikir dia melirik kepada dzikir,

---

<sup>22</sup> *Ibid.*, h. 105.

maka itu adalah penghalang atau tabir. Kondisi seperti inilah yang disebut oleh para ahli makrifat dengan kondisi fana.

Ini merupakan buah dari isi dzikir. Permulaannya adalah dzikir lisan, lalu dzikir hati dengan berat, lalu dzikir hati secara otomatis, lalu obyek dzikir (Allah) menguasai dan lafal dzikir terhapus.<sup>23</sup>

### 3) Dzikir Sendiri dan Dzikir Berjamaah

Ibadah yang dilakukan secara beramaah, termasuk di dalamnya dzikir kepada Allah, lebih utama daripada ibadah yang dilakukan sendirian. Dzikir yang dilakukan secara berjamaah dapat mempertemukan banyak hati, mewujudkan sikap saling tolong-menolong dan memungkinkan terjadinya tanya jawab, sehingga yang lemah mendapat bantuan dari yang kuat, yang berada dalam kegelapan mendapat bantuan dari yang tersinari, yang kasar mendapat bantuan dari yang lembut, dan yang bodoh mendapat bantuan dari yang pintar.

Sementara dzikir sendiri memiliki pengaruh yang efektif dalam menjernihkan hati dan membangkitkannya, serta membiasakan seorang mukmin untuk senang kepada Tuhannya, menikmati munajat kepada-Nya dan merasakan kedekatan dengan-Nya. Seorang mukmin harus memiliki waktu khusus untuk berdzikir kepada Allah secara menyendiri, setelah melakukan muhasabah (evaluasi) terhadap dirinya, sehingga dia dapat mengetahui segala aib dan kesalahannya. Apabila dia melihat ada kesalahan pada dirinya, maka dia segera beristighfar

---

<sup>23</sup> *Ibid.*, h. 106.

dan bertobat. Dan apabila dia melihat ada aib pada dirinya, maka dia segera berjuang melawan hawa nafsunya agar terbebas darinya.<sup>24</sup>

#### 4) Dzikir Muqayyad (Terikat) dan Dzikir Muthlaq (Tidak Terikat)

*Dzikir muqayyad* adalah dzikir yang disunnahkan oleh Rasulullah kepada kita dalam bentuk yang terikat dengan waktu atau tempat tertentu. Misalnya, dzikir setiap kali selesai menunaikan shalat, yaitu tasbih, tahmid, dan takbir. Demikian juga dzikir bagi orang yang sedang bepergian, dzikir bagi orang yang sedang makan, dzikir bagi orang yang sedang minum, dzikir pernikahan, dzikir saat tertimpa kesusahan, dzikir untuk menolak bencana, dzikir saat sakit, dzikir saat terjadi kematian, dzikir seusai shalat Jum'at dan di malam harinya, dzikir ketika melihat bulan sabit, dzikir ketika bernuka puasa, dzikir haji, dzikir pagi dan petang, dzikir ketika hendak tidur dan bangun, dzikir ketika melakukan perang di jalan Allah, dzikir ketika melihat ayam berkokok atau keledai meringkik, dzikir ketika melihat orang yang tertimpa penyakit, dan lain sebagainya.

Sedangkan *dzikir muthlaq* yaitu dzikir yang tidak terikat dengan waktu dan tempat. Yang dituntut setiap mukmin adalah agar dia berdzikir kepada Tuhannya di segala keadaan, sehingga lisannya basah dengan dzikir kepada Allah. Banyak sekali ayat yang menerangkan tentang dzikir jenis ini. Diantaranya adalah, “*Ingatlah kalian kepada-Ku, niscaya Aku ingat kepada kalian.*” (QS. Al-Baqarah: 52)

---

<sup>24</sup> *Ibid.*, h. 107-109.

*“Mereka selalu bertasbih pada malam dan siang tiada henti-hentinya.” (QS. Al-Anbiya: 20)*

*“Hai orang-orang yang beriman, berzikirlah kepada Allah dengan zikir yang banyak. Dan bertasbihlah kepada-Nya di waktu pagi dan petang.” (QS. Ahzab: 41-42)*

Firman Allah, *“laki-laki dan perempuan yang banyak menyebut (nama) Allah, Allah telah menyediakan untuk mereka ampunan dan pahala yang besar.” (QS. Al-Ahzab: 35)*

Dan masih banyak lagi ayat-ayat lain yang menyeru untuk memperbanyak dzikir kepada Allah secara muthlak, tanpa terikat dengan ruang dan waktu.<sup>25</sup>

Rasulullah juga menganjurkan kita untuk berdzikir kepada Allah secara muthlak di segala keadaan dan waktu.

Diriwayatkan dari Abdullah ibn Bishr bahwa seorang laki-laki berkata, “Ya Rasulullah, sesungguhnya syariat-syariat Islam itu terlalu banyak bagiku. Maka beritahukanlah kepadaku sesuatu yang aku dapat berpegang teguh dengannya.” Beliau menjawab, “Selama lisanmu masih basah menyebut Allah.” (HR. Tirmidzi)

Abdullah ibn Abbas r.a. berkata, “Allah tidak membebaskan suatu kewajiban pun kepada hamba-hamba-Nya melainkan Dia menetapkan batasan tertentu baginya dan memaafkan mereka apabila mereka memiliki uzur, kecuali dzikir. Sesungguhnya Allah tidak menetapkan batas akhir bagi zikir dan tidak memaafkan orang yang meninggalkannya, kecuali orang yang kehilangan akalnyanya. Allah memerintahkan mereka untuk berdzikir kepada-Nya dalam semua

---

<sup>25</sup> *Ibid.*, h. 115-119.



keadaan. *“Berdzikirlah kalian kepada Allah di waktu berdiri, di waktu duduk dan di waktu berbaring.”* (QS. An-Nisa: 103) *‘Hai orang-orang beriman, berdzikirlah kepada Allah dengan zikir yang banyak.’* (QS. Al-Ahzab: 41) Artinya, berdzikir kepada-Nya pada siang dan malam hari, di darat dan di laut, di dalam negeri dan di luar negeri, pada saat kaya dan miskin, di waktu sehat dan sakit, sendiri dan berjama’ah dan di segala keadaan.”

Semakin tinggi kemauan seorang mukmin dan semakin bertambah cinta-nya kepada Allah, maka dia akan memperbanyak dzikir kepada-Nya. Sebab, barang siapa mencintai sesuatu, pasti dia akan banyak mengingatnya.<sup>26</sup>

### 3. Manfaat Dzikir

Seseorang yang berdzikir akan merasakan beberapa manfaat, selain merasakan ketenangan batin juga terdapat manfaat-manfaat lain, yaitu:

- 1) Dzikir merupakan ketetapan dan syarat kewalian. Artinya siapa yang senantiasa berdzikir kepada Allah maka akan bisa mencapai derajat kekasih Tuhan.
- 2) Dzikir merupakan kunci ibadah-ibadah yang lain
- 3) Dzikir akan membuka hijat dan menciptakan keikhlasan hati yang sempurna.
- 4) Dzikir akan menurunkan rahmat
- 5) Menghilangkan kesusahan hati

---

<sup>26</sup> *Ibid.*, h. 114-118.

- 6) Melunakan hati
- 7) Memutuskan kehendak setan
- 8) Dzikir menolak bencana<sup>27</sup>

Menurut Anshori, dzikir bermanfaat mengontrol perilaku. Pengaruh yang ditimbulkan secara konstan, akan mampu mengontrol perilaku seseorang dalam kehidupan sehari-hari. Seseorang yang melakukan dzikir atau lupa kepada Tuhan, terkadang tanpa sadar dapat berbuat maksiat, namun mana kala ingat kepada Tuhan kesadaran akan dirinya sebagai hamba Tuhan akan muncul kembali.<sup>28</sup>

Al-Khomeini memberikan penjelasan dengan dzikir akan mendapatkan ampunan. Siapapun yang berdzikir kepada Allah Swt ditengah-tengah orang yang lalai maka dia seperti orang yang berperang melawan kaum muharibin (para aggressor yang melawan Allah dan Islam).<sup>29</sup>

Dzikir juga bermanfaat sebagai pembersih hati. Dzikir merupakan lawan dari kelalaian (nisyan), jika manusia mengingat Allah dalam keadaan apapun dan menyadari dirinya ada dihadapan dzat suci, tentu akan menahan diri dari masalah-masalah yang tidak sesuai dengan keridhaan-Nya, dan mengendalikan diri agar tidak bersikap durhaka. Semua malapetaka dan penderitaan yang ditimbulkan oleh hawa nafsu dan setan,

<sup>27</sup> Wahab, *Menjadi Kekasih Tuhan* (Jakarta: Serambi Ilmu Semesta, 2008), h. 87-92.

<sup>28</sup> Afif Anshori, *Dzikir Demi Kedamaian Jiwa* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), h. 33.

<sup>29</sup> Al-Khomeini, Syarh Arbain Haditsan Terjemah Zaenal Abidin, *Hadits Telaah atas Hadits Mistik dan Akhlak* (Bandung: Mizan Pustaka, 2004), h. 351.

disebabkan oleh kelupaan akan Allah. Ingat Allah dapat membersihkan hati dan menyusikan jiwa.<sup>30</sup>

Menurut Zuhri, dzikir dapat menjernihkan dan menghidupkan kalbu. Kalbu dapat menjadi kotor disebabkan dosa dan lalai, maka dengan dzikir dan istighfar, akan menjernihkan sekaligus menghidupkan kalbu, kalbu yang lupa bagaikan kalbu yang mati.<sup>31</sup>

Al-Ghazali memberikan penjelasan tentang manfaat dzikir, yaitu dzikir sebagai ibadah sosial. Ayat-ayat al-Qur'an sering kali ditutup dengan bermacam asmaul husna yang artinya relevan dengan tindakan hamba, hal ini memberitahukan kepada manusia betapapun banyaknya tindakan manusia tidak luput dari pengetahuan Allah.<sup>32</sup>

Menurut Toto Tasmara, dzikir dapat memberikan makna kesadaran diri (*self awareness*) yaitu “aku dihadapan Tuhanku yang kemudian mendorong diri secara sadar dan penuh tanggung jawab untuk memberi makna dalam hidup melalui amal-amal shalih”.<sup>33</sup>

Dzikir mempunyai manfaat yang besar terutama dalam dunia modern seperti sekarang, manfaat dzikir dalam kehidupan menurut Amin Syukur, antara lain:

---

<sup>30</sup> *Ibid.*, h.351-352.

<sup>31</sup> Syaifudin Zuhri, *Menuju Kesucian Diri* (Bandung: Remaja Rosda Karya, 2000), h. 150-151.

<sup>32</sup> Al-Ghazali, *Aljanibu al-Athifi Minal Islam Terjemah Cecep Bihar Anwar* (Jakarta: Lentera Basrithama, 1990), h. 123.

<sup>33</sup> Toto Tasmara, *Kecerdasan Rohaniah 'Transcendental Intelegence'* (Jakarta: Gema Insani Press, 2001), h. 17.

a. Dzikir Menetapkan Iman

Jiwa manusia akan terawasi oleh apa siapa yang selalu melihatnya. Ingat kepada Allah berarti lupa kepada yang lain, ingat yang lain berarti lupa kepada-Nya, melupakan-Nya akan mempunyai dampak yang luas dalam kehidupan manusia. Dan ingatlah Tuhanmu jika kamu lupa, dan katakan: semoga Tuhanku memimpin aku kejalan yang lebih dekat kebenarannya daripada jalan ini (Al-Kahfi: 24) sebab dzikir berarti ingat kepada kekuasaan-Nya.

b. Dzikir Dapat Menghindarkan Dari Bahaya

Dalam kehidupan ini, seseorang tak bisa lepas dari kemungkinan datangnya bahaya. Hal ini dapat diambil pelajaran dari peristiwa Nabi Yunus As yang tertelan ikan. Pada saat seperti itu Yunus As berdoa: la ilaha illa anta subhanaka inni kuntu minadh dhalimin (tiada Tuhan selain engkau, maha suci engkau, sesungguhnya aku adalah termasuk orang-orang yang dhalim) (Al-Anbiya': 27). Dengan do'a dan dzikir itu Yunus As dapat keluar dari perut ikan.

c. Dzikir Sebagai Terapi Jiwa Islam

Sebagai agama rahmatan lil alamin menawarkan suatu konsep dikembangkannya nilai-nilai ilahiah dalam batin seseorang. Shalat misalnya yang didalamnya terdapat penuh do'a dan dzikir, dapat dipandang sebagai malja' (tempat berlindung) ditengah badai kehidupan modern, disinilah misi Islam untuk menyejukkan hati manusia. Dzikir

fungsional akan mendatangkan manfaat antara lain; mendatangkan kebahagiaan, menentramkan jiwa, obat penyakit hati, dan sebagainya.

d. Dzikir Menumbuhkan Energi Akhlak

Kehidupan modern yang ditandai juga dengan dekadensi moral, akibat dari berbagai rangsangan dari luar, khususnya melalui media massa. Pada saat seperti ini dzikir dapat menumbuhkan iman dan dapat menjadi sumber akhlak. Dzikir tidak hanya dzikir substansial, namun dzikir fungsional. Dengan demikian, betapa penting mengetahui, mengerti (ma'rifat) dan mengingat (dzikir) Allah, baik terhadap nama-nama maupun sifat-sifat-Nya, kemudian maknanya ditumbuhkan dalam diri secara aktif, karena sesungguhnya iman adalah keyakinan dalam hati, diucapkan dalam lisan dan direalisasikan dalam amal perbuatan.<sup>34</sup>

Ibnu Qayyim al-Jauziah menyatakan bahwa manfaat dzikir lebih dari seratus, di antaranya:<sup>35</sup>

- 1) Dzikir dapat mengusir, mengekang dan meremukkan setan.
- 2) Dzikir dapat mendatangkan ridha dari Yang Maha Pengasih.
- 3) Dzikir dapat menghilangkan rasa sedih dan gelisah dari hati.
- 4) Dzikir dapat mendatangkan kebahagiaan dalam hati.
- 5) Dzikir dapat menyinari wajah dan hati.
- 6) Dzikir dapat menguatkan hati dan badan.
- 7) Dzikir dapat mendatangkan rezeki.

---

<sup>34</sup> Amin Syukur, *Insan Kamil 'Paket Pelatihan Seni Menata Hati'* (Semarang: Bima Sakti, 2003), h. 36.

<sup>35</sup> Syaikh Abdul Qadir Isa, *Hakekat Tasawuf* (Jakarta: Qisthi Press, 2005), h. 143.



- 8) Dzikir dapat memberikan wibawa, ketenangan dan keceriaan kepada orang yang berdzikir.
- 9) Dzikir dapat mendatangkan *mahabbah* (cinta) yang merupakan roh Islam, serta sumber kebahagiaan dan keselamatan.
- 10) Dzikir dapat mendatangkan *muraqabah* (perasaan selalu dalam pengawasan Allah), sehingga seseorang dapat masuk ke dalam pintu ihsan.
- 11) Dzikir dapat mendatangkan *inabah*, yakni kembali kepada Allah.
- 12) Dzikir dapat mendatangkan kedekatan dengan Allah.
- 13) Dzikir dapat membuat orang yang berdzikir merasakan wibawa dan keagungan Tuhannya.
- 14) Allah akan mengingat orang-orang yang senantiasa berdzikir kepada-Nya.
- 15) Dzikir dapat menghidupkan hati.
- 16) Dzikir dapat membuat hati bersih dari karatnya.
- 17) Dzikir dapat menghapus segala kesalahan atau dosa.
- 18) Dzikir dapat menghilangkan rasa asing antara hamba dan Tuhannya.
- 19) Jika seseorang mengingat Allah dengan dzikir di kala lapang, maka Allah akan mengingatnya di kala sulit.
- 20) Dzikir dapat menyelamatkan orang yang melakukannya dari siksa Allah.
- 21) Dzikir dapat menyebabkan turunnya ketenangan, rahmat dan naungan malaikat bagi orang yang melakukannya.

- 22) Dzikir dapat menyebabkan lisan terhindar dari ghibah, adu domba, dusta, perkataan keji dan segala sesuatu yang batil.
- 23) Majelis dzikir adalah majlis para malaikat. Sementara tempat-tempat hiburan dan bersenang-senang adalah tempatnya setan.
- 24) Dzikir dapat mendatangkan kebahagiaan bagi orang yang melakukannya dan mengikuti majlisnya.
- 25) Dzikir dapat menyelamatkan orang yang berdzikir dan penyesalan di akhirat.
- 26) Dzikir disertai tangisan dalam khalwat akan menyebabkan seseorang mendapat naungan dari Allah pada hari yang sangat panas (kiamat) di bawah naungan Arasy-Nya.<sup>36</sup>
- 27) Kesibukan berdzikir dapat menyebabkan orang yang berdzikir memperoleh karunia Allah yang paling utama yang dianugerahkan kepada orang-orang yang memohon kepada-Nya.
- 28) Dzikir merupakan ibadah yang paling mudah dikerjakan.
- 29) Dzikir adalah tanaman surga.
- 30) Anugerah dan karunia yang dihasilkan oleh dzikir tidak akan sama dengan amal-amal lainnya.
- 31) Ketekunan dalam berzikir kepada Allah menjadikan seseorang tidak pernah lupa kepada-Nya.

---

<sup>36</sup> *Ibid.*, h. 144-145.

- 32) Dzikir dapat dikerjakan oleh seorang hamba saat dia berbaring di ranjang, dalam keadaan sehat atau sakit, dalam keadaan memperoleh nikmat dan seterusnya.
- 33) Dzikir adalah pohon yang buahnya adalah makrifat dan kondisi spiritual yang para *salik* berupaya untuk meraihnya.
- 34) Orang yang berdzikir akan selalu dekat dengan obyek dzikir (Allah) dan Allah akan selalu bersamanya.
- 35) Orang yang paling mulia di sisi Allah adalah orang yang bertakwa dan lisannya selalu basah karena dzikir kepada-Nya.
- 36) Di dalam hati terdapat kekerasan yang tidak dapat dicairkan kecuali dengan dzikir kepada Allah.<sup>37</sup>
- 37) Dzikir adalah obat bagi hati dan kelalaian adalah penyakitnya. Hati yang sakit hanya dapat diobati dan disembuhkan dengan dzikir kepada Allah.
- 38) Dzikir adalah pangkal dan pokok untuk memperoleh perlindungan dan bimbingan dari Allah.
- 39) Orang yang terus-menerus berdzikir akan masuk dalam surga dengan tertawa.
- 40) Dzikir dapat menjadi penghalang antara seseorang dengan neraka jahanam.<sup>38</sup>

---

<sup>37</sup> *Ibid.*, h. 146-149.

<sup>38</sup> *Ibid.*, h. 150-151.

#### 4. Tujuan Dzikir

Allah Swt telah menciptakan manusia dialam semesta ini untuk tunduk dan menyembah semata-mata hanya kepada-Nya.

Sebagaimana firman-Nya dalam Surat Adz-Dzariyat: 56, yaitu:

وَمَا خَلَقْتُ الْجِنَّ وَالْإِنْسَ إِلَّا لِيَعْبُدُونِ ﴿٥٦﴾

Artinya: *“Dan aku menciptakan jin dan manusia melainkan supaya mereka beribadah kepada-Ku”*.<sup>39</sup>

Orang yang tunduk kepada Allah Swt selalu benar-benar mengingat Tuhan-Nya dan akan selalu mematuhi segala perintah dan larangan-Nya dengan sering berdzikir yang ditindak lanjuti berpegang teguh pada ajaran agama, maka didalam dirinya tumbuh keyakinan bahwa Allah selalu bersama kita dalam segala gerak, karena kita yakin Allah juga ingat kepada kita karena kita selalu ingat kepada-Nya.

Sebagaimana firman Allah dalam Surat Al-Baqarah: 152, yaitu:

فَاذْكُرُونِي أَذْكُرْكُمْ وَاشْكُرُوا لِي وَلَا تَكْفُرُونِ ﴿١٥٢﴾

Artinya: *“Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya Aku ingat (pula) kepadamu dan bersyukrlah kepada-Ku dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku”*.<sup>40</sup>

Sedangkan menurut Imam Al-Ghazali dalam karya tulisannya Ihya Ulumuddin, yaitu:

“Dan tidak ragu bahwasanya, maksud dari bacaan dan dzikir itu adalah pujian dan sanjungan, merendahkan diri dan berdo’a, sedangkan muktabah (yang dituju dalam pembicaraan itu) adalah Allah ‘Azza wa Jalla’ sedangkan hatinya terhalang dengan tutup atau tirai kelalaian maka ia tidak melihatnya dan tidak menyaksikannya. Bahkan ia lalai dari

<sup>39</sup>Departemen Agama RI, *Al-Qur’an dan Terjemahannya* (Surabaya: Surya Cipta Aksara, 1993), h. 862.

<sup>40</sup>*Ibid.*, h. 38.

muktabah sedangkan lidahnya bergerak karena kebiasaan. Maka langkah jauhnya ini dari tujuan shalat yang diisyaratkan untuk membersihkan hati, memperbarui ingat kepada Allah ‘Aza wa Jalla’ dan meresapkan ikatan iman kepada-Nya, ini adalah ketentuan bacaan dan dzikir.”<sup>41</sup>

Dari uraian di atas dapat dijelaskan bahwa tujuan dzikir ialah untuk menghadirkan hati kepada Allah, sehingga menghasilkan keimanan yang lebih kokoh kepada-Nya. Dengan tebalnya iman di hati tentu akan dapat mendorong semangat beramal serta giat dalam beraktifitas dengan baik dan benar serta menjauhkan diri dari hal yang dilarang baik oleh aturan-aturan agama maupun norma-norma yang berlaku di masyarakat.

Dalam praktek, tujuan ideal dari dzikir yaitu yang diharapkan adalah tidak ada yang diingat kecuali hanya lafadz Allah, ingat akan kebesaran dan keagungan-Nya, serta tidak ada keyakinan yang lebih besar selain yakin hanya kepada Allah Yang Maha Segala-galanya. Hal tersebut terus dilakukan hingga sampai hembusan nafas yang terakhir (meninggal dunia).

Yang di realisasikan dalam kehidupan sehari-hari, dengan menjalankan perintah dan meninggalkan hal-hal yang dilarang oleh agama dan norma budaya yang berlaku.

Dan apabila mendapatkan suatu musibah, segera berserah diri kepada Allah Swt dan berdo’a agar kehidupannya tenteram selalu dan apabila mendapatkan suatu kebahagiaan tidak langsung lupa diri melainkan bersyukur kepada-Nya.

---

<sup>41</sup> Imam Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin*, Penerjemah Moh. Zahri (Semarang: Asy Syifa), h. 572.



## **B. Gangguan Jiwa**

### **1. Pengertian Gangguan Jiwa**

Tidak seorangpun yang tidak ingin menikmati kebahagiaan dalam hidup. Dan semua orang akan berusaha mencari dan memperolehnya meskipun tidak semuanya dapat dicapai sesuai dengan keinginan dan harapannya, karena banyak hal yang menyebabkan keinginan dan harapannya tidak tercapai, akibatnya menimbulkan kegelisahan, kecewa, dan sebagainya.

Kegelisahan dan ketidaktenangan umumnya ditimbulkan bukan kekurangan materi melainkan kegelisahan yang ditimbulkan karena tidak tenang jiwanya. Adapun sumber kegelisahan itu berada dalam hati manusia itu sendiri.

Keadaan yang tidak menyenangkan itu terjadi pada setiap manusia yang hidup di dunia. Tidak terbatas pada golongan tertentu saja, melainkan berbagai golongan; bisa orang kaya, pejabat negara, pengusaha, pedagang dan orang miskin, baik ia perempuan maupun laki-laki bisa mengalami keadaan seperti itu.

Orang yang terganggu jiwanya seperti tidak tenang, resah, gelisah, dan bimbang dalam kehidupan sehari-hari biasanya ia lupa pada Tuhan. Ia merasa bahwa tidak ada yang menolong serta melindunginya. Dengan keadaan itu, ia berusaha dengan berbagai macam cara untuk lepas dari keadaan seperti itu, yang justru berakibat fatal bagi dirinya seperti; minum

obat penenang, mabuk-mabukan, kecanduan narkoba, bahkan sampai bunuh diri.

Allah Swt berfirman dalam Surat Al-Baqarah: 10, yaitu:

فِي قُلُوبِهِمْ مَّرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ بِمَا كَانُوا يَكْذِبُونَ ﴿١٠﴾

Artinya: “Dalam hati mereka ada penyakit, lalu Allah menambah penyakitnya itu, dan mereka mendapat azab yang pedih karena mereka berdusta.”<sup>42</sup>

Adapun yang dimaksud gangguan jiwa (neurosa) menurut Zakiah Daradjat adalah “Kumpulan dari keadaan-keadaan yang tidak normal, baik yang berhubungan dengan fisik, maupun mental, keabnormalan tersebut tidak disebabkan oleh sakit atau rusaknya bagian-bagian anggota badan, meskipun kadang-kadang gejalanya terlihat pada fisiknya.”<sup>43</sup>

Sedangkan menurut Kartini Kartono dan Jenny Andri “Gangguan jiwa adalah bentuk kekacauan atau gangguan mental yang lunak atau tidak berbahaya, ditandai oleh 1) penglihatan diri yang tidak lengkap terhadap kesulitan pribadi, 2) memandang banyak konflik, 3) disertai reaksi-reaksi kecemasan, 4) melemah atau meburuknya kerusakan persial sebagian dari struktur kepribadian, 5) sering dihinggapi, namun tidak selalu fobia, gangguan pencernaan, dan tingkah laku obsesif kompulsif.”<sup>44</sup>

Gangguan jiwa banyak pula timbul dalam masa transisi dimana terjadi peralihan kebudayaan, seperti; dari kehidupan tradisional beralih ke

<sup>42</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya* (Surabaya: Surya Cipta Aksara, 1993), h. 30.

<sup>43</sup> Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental* (Jakarta: Gunung Agung, 1983), h. 33.

<sup>44</sup> Kartini Kartono dan Jenny Andri, *Hygiene Mental Dan Kesehatan Mental dalam Islam* (Bandung: Mandar Maju, 1989), h. 94.

keadaan industrialisasi, sehingga orang yang belum tahu dengan kondisi perubahan dan belum siap untuk menerima perubahan, ia akan menjadi orang yang cemas, yang justru kecemasannya berakibat fatal bagi dirinya sendiri.

Untuk mengetahui apakah seseorang itu sehat atau terganggu jiwanya tidak dengan cara diukur atau diperiksa dengan alat-alat seperti halnya kesehatan badan, biasanya yang dijadikan tanda-tanda dari orang yang mentalnya sehat adalah dari tindakan-tindakan dan tingkah lakunya.

Agar tidak terkecoh dalam mengetahui seseorang yang sedang terganggu jiwanya atau tergolong bisa diobati (tidak berbahaya) dan orang yang terkena gangguan jiwa yang membahayakan yang juga disebut dengan sakit jiwa (*psychose*), menurut Zakiah Daradjat adalah “orang yang terkena gangguan jiwa/kejiwaan (*neurose*), masih mengetahui dan merasakan kesukarannya, sebaliknya orang yang terkena sakit jiwa (*psychose*) tidak. Di samping itu orang yang terkena gangguan kejiwaan (*neurose*) kepribadiannya tidak jauh dari realitas dan masih hidup dalam kenyataan pada umumnya, sedangkan orang yang kena sakit jiwa (*psychose*), kepribadiannya dari segala segi (tanggapan, perasaan, atau emosi dan dorongan-dorongan) semangat terganggu, tidak ada integritas dan ia hidup jauh dari alam kenyataan.”<sup>45</sup>

---

<sup>45</sup> Zakiah Daradjat, *Op. Cit.*, h. 19.

Orang yang terkena sakit jiwa akan bertindak sekehendak hatinya, ia bisa dikatakan tidak terikat oleh norma-norma hukum yang berlaku di masyarakat. Orang seperti ini dalam masyarakat umum disebut orang gila.

## 2. Sebab-Sebab Gangguan Jiwa

Sebab-sebab gangguan jiwa, yaitu:

### 1) Frustasi (tekanan perasaan)

Frustasi ialah suatu proses yang menyebabkan orang merasa akan adanya hambatan terhadap terpenuhinya kebutuhan-kebutuhannya, atau bahkan akan terjadi sesuatu hal yang menghalangi keinginannya.<sup>46</sup>

Dalam kehidupan kita sehari-hari, banyak kebutuhan-kebutuhan yang harus terpenuhi serta keinginan-keinginan yang harus terpenuhi setiap harinya, baik kebutuhan sandang, pangan, papan, dan lainnya yang tidak bisa tidak harus ada dan tersedia.

Namun terkadang kebutuhan-kebutuhan dan keinginan-keinginan tersebut tidak kita penuhi, banyak hal yang menjadi sebab tidak terpenuhinya kebutuhan dan keinginan tersebut, diantaranya; bisa karena keadaan waktu yang tidak tepat, keadaan cuaca, keadaan materi seperti uang, serta keadaan-keadaan lainnya.

### 2) Konflik jiwa (pertentangan batin)

Konflik jiwa atau pertentangan batin adalah terdapatnya dua macam dorongan atau lebih, yang berlawanan atau bertentangan satu sama lainnya. Dan tidak mungkin dipenuhi dalam waktu yang sama.<sup>47</sup>

---

<sup>46</sup> *Ibid.*, h. 24.

Konflik jiwa atau pertentangan batin dalam diri manusia pasti akan terjadi karena didalam diri manusia itu sudah ditanamkan dua sifat baik dan buruk yang selalu bertentangan (semenjak bayi). Sebagaimana penjelasan Zubaidi Mastal bahwa: Di dalam jiwa manusia terdapat dua unsur yang mempengaruhinya. Pertama adalah fujur, yaitu suatu sifat yang mengajaknya kebatilan, kedua takwa atau sifat yang mendorongnya kepada kebajikan.<sup>48</sup>

Hal senada juga dijelaskan Allah dalam firman-Nya surat Asy-Syam: 7-10, yaitu:

وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ۖ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ۗ قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا ۖ وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّاهَا ۚ

Artinya: *Dan jiwa serta penyempurnaannya (ciptaan-Nya), maka Allah mengilhamkan kepada jiwa itu (jalan) kefasikan dan ketakwaannya, sesungguhnya beruntunglah orang yang mensucikan jiwa itu, dan sesungguhnya merugilah orang yang mengotorinya.*<sup>49</sup>

### 3) Kecemasan (anxiety)

Kecemasan adalah manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur baur, yang terjadi ketika orang sedang mengalami tekanan perasaan (frustasi) dan pertentangan batin (konflik).<sup>50</sup>

Kecemasan itu timbul akibat mengetahui adanya bahaya yang mengancam dirinya, dan timbul karena merasa berdosa atau bersalah,

<sup>47</sup> *Ibid.*, h. 26.

<sup>48</sup> Zubaidi Mastal, *Islam Dan Pembinaan Moral Bangsa* (Bandar Lampung: Gunung Pesagi, 1992), h. 15.

<sup>49</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya* (Surabaya: Surya Cipta Aksara, 1993), h. 10.

<sup>50</sup> Zakiah Daradjat, *Op, Cit.*, h. 27.



kerena melakukan hal-hal yang bertentangan baik dengan agama, nilai moral, dan hukum.

Sedangkan menurut Kartini Kartono dan Jenny Andari bahwa sebab-sebab timbulnya gangguan jiwa, yaitu:

- a. Tekanan sosial yang berat dan tekanan kultural yang sangat kuat, yang menyebabkan ketakutan, kecemasan, dan ketegangan dalam batin sendiri yang kronis dan berat, sehingga orang yang bersangkutan mengalami mental break down atau kepatahan mental.
- b. Individu mengalami banyak frustrasi, konflik emosional dan konflik-konflik internal yang serius, yang sudah dimulai sejak masa kanak-kanak.
- c. Individu pada umumnya menjadi tidak rasional, sebab sering memakai defence mechanism (yang dimaksud obat-obatan) yang negatif, dan lemahlah pertahanan diri secara fisik dan mental (badan syaraf dan jiwa).
- d. Pribadi sangat labil, tidak imbang dan kemauannya sangat lemah.<sup>51</sup>

Adapun pendapat M.A.W. Brouwer penyebab gangguan jiwa (neurosis) adalah “Timbulnya dari usaha seseorang untuk mengatasi masalah-masalah psikologis dan keadaan bersifat khusus, pribadi dan intern, yang tidak dapat dikuasai olehnya tanpa ketegangan (tension) cara-cara psikologis yang mengganggu, yang disebabkan rasa cemas yang

---

<sup>51</sup> Kartini Kartono dan Jenny Andari, *Hygiene Mental Dan Kesehatan Mental dalam Islam*, (Bandung: Mandar Maju, 1989), h. 95.

ditimbulkannya, banyak yang beranggapan bahwa cemaslah yang merupakan sumber dinamis neurosis”.<sup>52</sup>

Perasaan kalut, panik, tidak senang, bimbang, takut dengan hal yang belum nyata dan tidak diketahinya, gelisah, dan sebagainya sebenarnya tidak perlu terjadi apabila dalam menghadapi suatu masalah atau keadaan apapun dihadapi dengan tenang dan berfikir rasional.

Untuk itulah fungsi-fungsi jiwa seperti; pikiran, perasaan, sikap pandangan, keyakinan hidup, dan lainnya harus saling bekerja sama sehingga menjauhkan orang dari perasaan ragu dan bimbang.

### 3. Macam-Macam Gangguan Jiwa

Pada umumnya setiap orang memiliki mental yang sehat, namun karena suatu sebab, ada sebahagian orang memiliki mental yang tidak sehat. Orang yang tidak sehat mentalnya memiliki tekanan-tekanan batin. Dengan suasana batin seperti itu, kepribadian seseorang menjadi kacau, dan mengganggu ketenangannya. Gejala inilah yang menjadi pengganggu ketenangan hidup. Ketenangan hidup dapat tercapai apabila seseorang dapat memecahkan masalah keruwetan pada dirinya yang menimbulkan kesulitan hidup. Hal ini dapat dilakukan apabila berusaha untuk membersihkan jiwanya agar tidak terganggu, dan tidak terjadi konflik dalam diri.

---

<sup>52</sup> M.A.W.Brouwer dkk, *Kepribadian Dan Perubahannya* (Jakarta: PT. Gramedia 1989), h. 226.

Zakiah Daradjat menjelaskan bahwa dari hasil berbagai penyelidikan dapat dikatakan bahwa gangguan jiwa adalah kumpulan dari keadaan-keadaan yang tidak normal, baik yang berhubungan dengan fisik maupun dengan mental/jiwa. Keabnormalan tersebut tidak disebabkan oleh sakit atau rusaknya bagian-bagian anggota badan, meskipun kadang-kadang gejalanya terlihat pada fisik.<sup>53</sup> Jadi, gangguan jiwa adalah keadaan seseorang yang membuat tidak normal yang disebabkan terganggunya fisik maupun mental atau jiwanya, gangguan jiwa tersebut bukan disebabkan oleh rusaknya bagian anggota badan, meskipun terkadang gejalanya berdampak pada fisik.

Macam-macam gangguan jiwa, yaitu:

#### 1) Histeria

Semula penyakit tersebut hanya menyerang pada perempuan saja, karena berpindahnya rahim dalam tubuh perempuan, karena menuntut pemuasan seks, kemudian Freud menemukan di antara pasiennya ada laki-laki yang mengalami penyakit histeria, kemudian dia menjelaskan bahwa histeria adalah akibat dari konflik yang terjadi antara “*super ego*” dan dorongan seks yang tidak diterima oleh “*super ego*” maka terjadilah konflik tersebut.

Selanjutnya Zakiah Daradjat menjelaskan bahwa gangguan jiwa histeria juga terjadi akibat ketidakmampuan seseorang menghadapi

---

<sup>53</sup>Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental dan Peranannya dalam Pendidikan dan Pengajaran* (Jakarta: IAIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 1984), h. 3-4.

kesukaraan-kesukaran, tekanan perasaan, kegelisahan, kecemasan, dan pertentangan batin. Dalam menghadapi kesukaran itu orang tidak mampu dengan cara yang wajar, lalu melampiaskan tanggung jawab dan lari secara tidak sadar kepada gejala-gejala hysteria yang tidak wajar. Jadi, gangguan jiwa histeria adalah akibat dari konflik yang terjadi antara “super ego” dan dorongan seks yang tidak diterima oleh “super ego”, atau akibat ketidakmampuan seseorang menghadapi kesukaran-kesukaran, tekanan perasaan, kegelisahan, kecemasan, dan pertentangan batin.<sup>54</sup>

## 2) Neurasthenia (perasaan sangat lelah)

Neurasthenia terjadi akibat kepayahan, karena lamanya mengalami konflik jiwa yang menguasainya. Akibat saraf-saraf terpenahi oleh perubahan-perubahan kimiawi yang terjadi pada makhluk hidup, dan yang pertama diserang adalah alat-alat saraf. Penelitian membuktikan bahwa penyakit tersebut tidak disebabkan oleh penyakit yang menimpa tubuh, si yang sakit lelah akibat penyakit itu akan merasa lelah dan letih.

Selanjutnya Zakiah Daradjat menyatakan bahwa penyakit neurasthenia adalah penyakit payah, orang yang diserangnya akan merasa seluruh badan lelah, tidak bersemangat, lekas merasa payah, perasaan tidak enak, sebentar-sebentar ingin marah, sukar mengingat dan memusatkan perhatian, apatis, dan acuh tak acuh terhadap segala persoalan, sensitif terhadap cahaya dan suara, sehingga tidak dapat tidur. Jadi, gangguan jiwa neurasthenia adalah perasaan yang sangat lelah sehingga menyebabkan

---

<sup>54</sup> Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental* (Jakarta: Gunung Agung, 2001), h. 106.

seluruh badan letih, tidak bersemangat, pemarah, susah berfikir, mengingat sesuatu, sensitif dan susah tidur.<sup>55</sup>

### 3) Psychasthenia

Psychasthenia adalah kegoncangan yang bersifat paksaan. Adapun gejala-gejala psychasthenia yaitu;

- a. Phobia (penyakit takut), ketakutan tersebut dianggap tidak wajar, si sakit tidak mengetahui sebabnya dan tidak dapat menghindarkan diri dari padanya.
- b. Obsesi dan kompromi adalah si sakit dikuasai oleh pikiran-pikiran tertentu. Sedangkan menurut Zakiah Daradjat psychasthenia adalah semacam gangguan jiwa yang bersifat paksaan, yang berarti kurangnya kemampuan jiwa untuk tetap dalam keadaan integrasi yang normal. Jadi, penderita psychasthenia akan merasa takut yang tidak masuk akal, dan tidak dapat menghindarkan diri dari rasa takut tersebut. Si sakit dikuasai oleh suatu pikiran yang tidak dapat dihindarinya. Si penderita akan melakukan sesuatu dengan terpaksa, baik yang masuk akal ataupun yang tidak masuk akal.<sup>56</sup>

### 4) Skizofrenia

Dadang Hawari menjelaskan bahwa salah satu jenis gangguan jiwa yang merupakan permasalahan kesehatan di seluruh dunia adalah skizofrenia. Skizofrenia adalah suatu gangguan psikotis yang melibatkan

<sup>55</sup> *Ibid.*, h. 105.

<sup>56</sup> Zakiah Daradjat, *Op. Cit.*, h. 111.

delusi, halusinasi, cara bicara yang tidak terstruktur (disebut sebagai *word salad*), perilaku yang tidak sesuai, dan gangguan-gangguan kognitif yang bersifat serius. Gejala-gejala lainnya, seperti kehilangan motivasi untuk mengurus diri sendiri dan kedataran emosional, dapat muncul sebelum episode psikotik dan dapat menetap, meskipun gejala-gejala lain yang lebih dramatis sudah mulai menghilang.<sup>57</sup> Para pakar kesehatan dunia menyatakan bahwa semakin modern dan industrial suatu masyarakat semakin besar pula stresor psikososialnya, yang pada gilirannya menyebabkan orang jatuh sakit karena tidak mampu mengatasinya. Gangguan jiwa skizofrenia yang menyerang manusia modern dan masyarakat industrial yang menyebabkan sakit, karena tidak mampu mengatasi permasalahannya. Sedangkan yang dimaksud penyakit jiwa skizofrenia adalah gangguan jiwa yang penderitanya tidak mampu menilai realitas dalam dirinya sendiri. Jadi, penyakit skizofrenia adalah penyakit pada gangguan jiwa yang menimpa manusia modern dan industrial yang menyebabkan penderitanya tidak dapat menerima atau menilai kenyataan (realitas) yang terjadi pada dirinya.<sup>58</sup>

##### 5) Psikosomatik

Psikosomatik didefinisikan sebagai tidak ada penyakit somatis (ketubuhan) tanpa didahului oleh psikis, atau emosional, sebaliknya tidak ada penyakit-psakit psikis tanpa memunculkan penyakit pada tubuh.

---

<sup>57</sup> Carole Wade dan Carol Tavis, *Psikologi Edisi Kesembilan Jilid 2* (Jakarta: Erlangga, 2007), h. 371.

<sup>58</sup> Dadang Hawari, *Al-Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa Dan Kesehatan Jiwa* (Yogyakarta: Dana Bhakti Pimayasa, 2002), h. 136.



Menurut model perkembangan psikosomatik, penyakit berkembang melalui saling mempengaruhi antara faktor-faktor fisik dan mental secara terus-menerus yang saling memperkuat satu sama lain melalui suatu jaringan timbal balik yang kompleks. Penyembuhan dari penyakit psikosomatik dirumuskan akan terjadi dengan cara yang sama. Hal itu mengungkapkan bahwa psikosomatik menunjukkan hubungan antara jiwa dan badan saling mempengaruhi.

Terjadinya reaksi tubuh seperti gangguan perut, pusing-pusing, mual-mual akibat sebagai konsekuensi dari reaksi emosi atau psikis yang terganggu, sebaliknya reaksi dari pengaruh psikis akan berakibat pada tubuh misalnya, kemurungan dan kesedihan yang sangat mendalam mengakibatkan kelelahan dan kelemahan yang dirasakan oleh anggota tubuh, bahkan dapat menimbulkan penyakit kanker dan penyakit lainnya. Kemudian untuk penanganan atau penyembuhan gangguan psikosomatik di negara-negara barat menggunakan dua pendekatan utama yaitu dengan menggunakan obat-obatan dan yang tidak menggunakan obat-obatan, bahkan ada yang mengkombinasikan antara keduanya. Berarti penyembuhan penyakit psikosomatik dengan menggunakan obat-obatan dan tidak menggunakan obat-obatan (terapi). Jadi, kalau fisiknya yang terganggu maka penyembuhannya dengan obat-obatan medis, dan kalau jiwanya yang terganggu maka jiwanya yang diterapi atau dikombinasikan antara penyembuhan medis dengan obat-obatan dan penyembuhan kejiwaan dengan terapi psikis atau terapi somatik.

## 6) Depresi

Salah satu bentuk stres yang dapat menimbulkan gangguan jiwa adalah depresi. Depresi adalah suatu gangguan yang berlangsung cukup lama disertai gejala-gejalanya dan tanda-tanda spesifik yang secara substansial mengganggu kewajaran sikap dan tindakan seseorang atau orang yang menyebabkan kesedihan yang amat sangat dan bisa juga kedua-duanya.<sup>59</sup>

Dalam kehidupan masyarakat sehari-hari, banyak orang yang kita lihat seperti; diam membisu, berbicara sendiri, takut pada suatu hal seperti dering telepon atau suara jam seolah-olah akan ada bahaya yang mengganggu.

Yang dialami oleh orang yang dihindangi depresi ialah perasaan penuh kecemasan, pemalu, peka, mudah tersinggung dan merasa tidak bernilai.<sup>60</sup>

Gejala fisik maupun psikis depresi sama dengan gejala kecemasan sehingga orang yang mengalami stres dapat diartikan bahwa orang itu memperlihatkan berbagai keluhan fisik, kecemasan dan juga depresi.

Ciri khas kondisi depresi adalah perasaan sedih yang mendalam yang menenggelamkan individu. Kondisi ini sering dipicu oleh peristiwa yang menimbulkan kegelisahan, akan tetapi penderita dalam menangani situasi tersebut penderita malah terperosok kedalam kesedihan dan kedukaan yang mendalam hampir mendekati keputusan. Kondisi ini

---

<sup>59</sup> Jhon H. Greist, M.D dan James W. Jefferson, M.D, *Depresi Dan Penyembuhan* (Jakarta: Gunung Agung, 1988), h. 1.

<sup>60</sup> A. Fahri, *Mencari Ketenangan Jiwa* (Surabaya: Andalas, 1986), h. 110.

umumnya disertai dengan susah beristirahat serta gangguan tidur dan makan. Selain itu, penderita dipenuhi rasa bersalah dan tidak berharga, serta cenderung cemas dan menyalahkan diri sendiri.

Jadi, penderita depresi akan kehilangan gairah hidup sehingga gagal memperhatikan kebutuhannya sehari-hari, terkadang dia duduk dikamar berjam-jam dalam keheningan, dia merasa tidak ada yang baik pada diri dan masa lalunya, merasa gagal, dan yakin bahwa Tuhan telah mengabaikannya dalam kondisi seperti ini, bunuh diri menjadi cara yang bisa ditempuh. Penderita depresi berat kehilangan kontak dengan Tuhan. Kontak ini harus kembali dibentuk melalui bantuan psikiater. Hal ini berarti bahwa penderita depresi berat akan kehilangan keyakinan dan kepercayaan pada Tuhan dan dapat mengakibatkan kematian atau bunuh diri, sebab itu penderita depresi harus dibentuk kembali keyakinan dan kepercayaannya kepada Tuhan melalui psikoterapi.

#### 7) Fabia (dhobia)

Fabia adalah kecemasan yang abnormal kuat, tidak rasional dan tidak bisa dikontrol terhadap suatu atau obyek tertentu.<sup>61</sup>

Yang dalam sehari-hari kita melihat orang yang berjalan melewati pohon besar, dia akan merasa takut seolah-olah pohon itu akan menerkamnya atau beranggapan pohon itu ada makhluk yang suka membunuh manusia, hinggaia lari, padahal yang dilihatnya tadi pohon ditiup angin.

---

<sup>61</sup> Kartini Kartono dan Jenny Andari, *Hygiene Mental Dan Kesehatan Mental dalam Islam* (Bandung: Maju Mundur, 1989), h. 94.

#### 8) Kompulsi

Kompulsi ialah suatu keinginan yang tidak bisa dicegah untuk melakukan suatu perbuatan, tidak bisa dikontrol, dan dikendalikan, dan sewaktu melakukannya bertentangan dengan kemauan yang disadari.<sup>62</sup>



---

<sup>62</sup> *Ibid.*, h. 112.

### BAB III

#### BIOGRAFI DAN KARYA IMAM AL-GHAZALI

##### A. Riwayat Hidup Al-Ghazali

Nama lengkap Al-Ghazali ialah Abu Hamid Muhammad ibn Muhammad ibn Tha'us Ath-Thusi Al-Syafi'i Al-Ghazali.<sup>1</sup> Ia lahir pada 450 H/1058 M di Ghazlah. Sebutan Al-Ghazali dinisbahkan pada tempat kelahirannya yakni kampung Ghazlah, dekat kota Thus, Persia (Iran).<sup>2</sup> Ada pula pendapat lain yang mengatakan bahwa sebutan Al-Ghazali dihubungkan dengan pekerjaan ayahnya sebagai tukang tenun benang dan mempunyai pabrik benang.

Al-Ghazali meninggal di kota kelahirannya, Thus paada tanggal 14 Jumadil Akhir 505 H (19 Desember 1111 M).<sup>3</sup>

Dalam buku 'intelektualisme tasawuf' diterangkan bahwa Al-Ghazali padaa masa kanak-kanak hingga dewasa dikenal sebagai Muhammad bin Muhammad bin Ahmad Al-Ghazali. Nama yang pertama (Muhammad) adalah nama asli dari Al-Ghazali, dan Muhammad yang kedua adalah nama ayahnya. Sedangkan nama yang ketiga (Ahmad) adalah nama kakeknya.<sup>4</sup>

---

<sup>1</sup>M. Sholihin dan Rosihin Anwar, *Kamus Tasawuf* (Bandung: Rosda Karya, 2002), h. 53.

<sup>2</sup>A. Havizh Anshari AZ. Dkk, *Ensiklopedi Islam 3* (Jakarta: PT. Ichtiar Baru Van Hoeve, 1993), cet. I, h. 25.

<sup>3</sup>Dedi Supriyadi, *Pengantar Filsafat Islam* (Bandung: Pustaka Setia, 2009), h. 143.

<sup>4</sup>Amin Syukur dan Masyaharuddin, *Intelektualisme Tasawuf* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2002), h. 126.

Setelah menikah Al-Ghazali dikaruniai seorang putra yang dinamai Hamid, sejak itulah Al-Ghazali sering disebut juga dengan panggilan Abu Hamid (ayahnya Hamid) Al-Ghazali.<sup>5</sup>

Al-Ghazali lahir dalam sebuah keluarga yang bersahaja, ayahnya (Muhammad bin Ahmad) berprofesi sebagai pemintal wol di kota Thus.<sup>6</sup> Meski bukan seorang cendikiawan, ayah Al-Ghazali beserta keluarganya adalah orang yang taat beragama. Ia sering aktif mengikuti pengajian untuk mempelajari ilmu-ilmu agama dari para ulama.

Ayah Al-Ghazali adalah seorang wara' yang hanya makan dari usaha tangannya sendiri. Pekerjaannya ialah sebagai pemintal dan penjual wol. Pada waktu-waktu senggangnya, menurut cerita, ia selalu mendatangi tokoh-tokoh agama dan para ahli fiqh di berbagai majelis dan khalawat untuk mendengarkan nasihat-nasihatnya. Tentang pribadi dan sifat-sifat ayahnya Al-Ghazali tidak banyak ditulis orang, kecuali sikap pengabdianya yang mengagumkan terhadap para tokoh agama dan ilmu pengetahuan.<sup>7</sup>

Sang ayah wafat ketika Al-Ghazali dan saudara kandungnya, Ahmad masih dalam usia anak-anak. Ketika hendak wafat, sang ayah berwasiat kepada salah seorang teman dekatnya dari ahli sufi untuk mendidik dan membesarkan kedua anaknya tersebut. Ia berkata kepadanya, "Saya sangat menyesal dulu tidak belajar. Untuk itu, saya berharap agar keinginan itu terwujud pada kedua anak

---

<sup>5</sup> Noer Iskandar Al-Barsany, *Tasawuf Tarekat dan Para Sufi* (Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2001), cet. I, h. 122.

<sup>6</sup> A. Havizh Anshari AZ. Dkk, *Op. Cit.*, h. 25.

<sup>7</sup> Dedi Supriyadi, *Op. Cit.*, h. 144.



saya ini maka didiklah keduanya, dan pergunakanlah sedikit harta yang saya tinggalkan ini untuk mengurus keperluannya.”

Sang sufi itu memegang kuat wasiat yang diamanatkan kepadanya. Dia begitu serius memerhatikan kepentingan pendidikan dan moralitas kedua anak temannya ini, sampai peninggalan harta dari ayahnya habis. Ketika sang sufi merasa tidak mampu lagi membiayai kehidupan kedua anak itu, ia berkata kepada Al-Ghazali dan saudaranya Ahmad, “Ketahuilah bahwa saya telah membiayai kalian sesuai dengan harta kalian berdua yang dititikan kepada saya. Kalian tahu bahwa saya adalah orang miskin yang hidup mengasingkan diri hingga saya tidak mempunyai harta benda yang bisa dipergunakan untuk membiayai kalian berdua. Untuk itu, saya sarankan kalian berdua untuk pergi ke sekolah yang menyediakan beasiswa. Sebab, kalian berdua adalah orang yang menuntut ilmu. Semoga kalian berdua dapat berhasil sesuai dengan bekal yang kalian miliki.

Setelah belajar dari teman ayahnya itu, Al-Ghazali melanjutkan pendidikannya ke salah satu sekolah agama di daerahnya, Thus. Di sini, ia belajar ilmu fiqh pada salah seorang ulama yang bernama Ahmad bin Muhammad Ar-Razakani Ath-Thusy. Setelah itu, ia melanjutkan sekolahnya ke Jurjan untuk belajar kepada Al-Imam Al-Allamah Abu Nashr Al-Isma'ily.<sup>8</sup>

Di Jurjan, Al-Ghazali mulai menuliskan ilmu-ilmu yang diajarkan oleh gurunya. Ia sendiri menulis suatu komentar tentang ilmu fiqh. Akan tetapi, menurut sebuah cerita, di tempat ini, ia mengalami musibah. Semua barang yang

---

<sup>8</sup> *Ibid.*, h. 145.

dibawa oleh Al-Ghazali yang berisi buku-buku catatan dan tulisannya dirampas oleh para perampok, meskipun pada akhirnya barang-barang tersebut dikembalikan setelah Al-Ghazali berusaha keras untuk memintanya kembali.

Kejadian tersebut mendorong Al-Ghazali untuk menghafal semua pelajaran yang diterimanya. Oleh karena itu, setelah sampai di Thus kembali, berkonsentrasi untuk menghafal semua yang pernah dipelajarinya selama kurang lebih tiga tahun. Sehingga menurutnya, apabila kelak dirampok lagi sampai habis, dia tidak akan kehilangan ilmu yang dipelajarinya.

Akan tetapi, pengetahuan-pengetahuan yang ada di Thus, agaknya tidak cukup memadai untuk membekali Al-Ghazali. Untuk itu, ia pergi ke Naisabur, salah satu dari sekian kota ilmu pengetahuan yang terkenal pada zamannya. Di sini, ia belajar ilmu-ilmu yang populer pada saat itu, seperti belajar tentang mazhab-mazhab fiqh, ilmu kalam dan ushul, filsafat, logika, dan ilmu-ilmu agama yang lainnya kepada Imam Al-Haramain Abu Al-Ma'ali Al-Juwaini, seorang ahli teologi Asy'ariyah paling terkenal masa itu dan profesor terpandang di Sekolah Tinggi Nidhamiyah di Naisabur.<sup>9</sup>

Pada masa itu dan dalam tahun-tahun berikutnya, sebagai seorang mahasiswa, Al-Ghazali sangat mendambakan untuk mencari pengetahuan yang dianggap mutlak benar, yakni pengetahuan yang pasti, yang tidak bisa salah dan tidak diragukan sedikitpun sehingga kepandaian dan keahliannya dalam berbagai

---

<sup>9</sup> *Ibid.*, h. 146.

ilmu dapat melebihi kawan-kawannya. Al-Ghazali belajar di Naizabur hingga Imam Al-Haramain wafat pada tahun 478 H/1085 M.

Setelah Imam Al-Haramain wafat, Al-Ghazali meninggalkan Naisabur menuju Mu'askar, untuk menghadiri pertemuan atau majelis yang diadakan oleh Nidham Al-Muluk, Perdana Menteri daulah Bani Saljuk. Di majelis tersebut, karena banyak berkumpul di dalamnya para ulama dan fuqaha, Al-Ghazali ingin berdiskusi dengan mereka. Di sana, ia dapat melebihi kemampuan lawan-lawannya dalam berdiskusi dan berargumentasi. Karena kemampuannya mengalahkan para ulama setempat dalam muhadharah, Al-Ghazali diterima dengan penuh kehormatan di Nidham aL-Muluk. Begitu besar penghormatan itu, sehingga Nidham Al-Muluk memberikan kepercayaan kepada Al-Ghazali untuk mengelola madrasah Nidhamiyah di Baghdad. Dengan posisi tersebut, Al-Ghazali meraih prestasi tinggi dan semakin populer di kalangan agamawan dan masyarakat kala itu.<sup>10</sup>

Empat tahun lamanya Al-Ghazali mengajar pada lembaga pendidikan tinggi Nidhamiyah dan melalui jabatannya sebagai maha guru namanya melejit, sehingga dia terhitung salah seorang ilmuwan yang disenangi, dan ahli hukum yang dikagumi, tidak saja dilingkungan Nidhamiyah, tetapi juga di kalangan pemerintahan Baghdad.

Amin Syukur menjelaskan, meskipun Al-Ghazali telah menempati jabatan yang tinggi dan hidup terkenal sebagai ulama berpengetahuan mendalam tentang

---

<sup>10</sup>*Ibid.*, h. 147.

agama, namun ia tetap saja tidak merasakan ketenangan jiwa, bahkan Al-Ghazali mengalami krisis psikis, hingga mulutnya terkunci dan kesehatannya kian menurun. Krisis psikis ini dialaminya selama 6 bulan yakni pada tahun 488 H.<sup>11</sup>

Dalam ‘*Al-Munqidzmin Al-Dhalal*’ diterangkan bahwa setelah mengalami krisis psikis yang cukup lama, Al-Ghazali kemudian memutuskan untuk turun dari jabatannya, meninggalkan Baghdad, membagikan harta yang dimiliki kecuali sedikit saja, kemudian pergi mengembara ke negeri Syam selama hampir 2 tahun memperdalam ilmu tasawuf dengan uzlah, khalwat, riyadhah, dan mujahadah menyucikan jiwa, kemudian berangkat ke Bait Al-Maqdis, Makkah, Madinah lalu ke Hijaz.<sup>12</sup>

Menurut Amin Syukur, setelah 10 tahun lamanya Al-Ghazali mengasingkan diri, ia kembali ke kampung halamannya dan mengajar di Naisabur serta membuat khanaqah (pondok) bagi para sufi dan madrasah bagi para penganutnya.<sup>13</sup>

## B. Perkembangan Intelektualitas Al-Ghazali

Pada dasarnya manusia adalah produk sejarah, demikian pula dengan Al-Ghazali, ia adalah produk sejarah ruang dan waktu dikala ia hidup. Disamping proses pendidikan, letak geografis, dan kondisi sosial budaya yang terjadi pada masa Al-Ghazali mempunyai dampak besar yang turut mempengaruhi perkembangan intelektualitas Al-Ghazali.

<sup>11</sup> Amin Syukur, *Zuhud Di Abad Modern* (Jakarta: Pustaka Pelajar, 1997), h. 79.

<sup>12</sup> Al-Ghazali, *Al-Munqidz Min Adl-Dhalal*, Terj. Abdul Halim Mahmud (Indonesia: Darul Ihya, Tt.Th).

<sup>13</sup> Amin Syukur, *Op. Cit.*, h. 80.

Khurasan tempat Al-Ghazali lahir dan membina ilmu pada waktu itu adalah satu sentral ilmu pengetahuan di dunia Islam.<sup>14</sup> Dengan demikian lebih mudah bagi Al-Ghazali dalam mengakses berbagai pengetahuan dalam ilmu agama.

Kendati Khurasan merupakan salah satu pusat bagi perkembangan ilmu pengetahuan, namun dibidang sosial politik pada saat sebelum dan sesudah Al-Ghazali lahir, keadaan masyarakat sudah mulai mengalami kemunduran dan kelemahan.<sup>15</sup> Hal ini ditandai oleh banyaknya konflik internal yang tak terselesaikan dalam tubuh dinasti Abbasiyah yang waktu itu hampir menguasai seluruh wilayah islam.<sup>16</sup> Setelah ia diculik dan dibunuhnya perdana menteri Nizam Al-Muluk (orang yang mengangkat Al-Ghazali menjadi guru besar di Nizamiyah) pada 1092 M, menjadi pertanda bahwa situasi politik saat itu begitu genting.

Dari segi kebudayaan dan peradaban Islam masa Al-Ghazali hidup sudah mengalami kemunduran. Demikian pula dengan bidang ilmu-ilmu agama dan jiwa islam dirasakan Al-Ghazali telah mati. Dalam Intelektualitas Tasawuf diterangkan bahwa pendidikan dan jiwa umat Islam pada saat itu mengalami kemiskinan intelektual, spiritual, dan moral.<sup>17</sup> Al-Ghazali menjalani suatu kondisi dimana telah terjadi dikotomi antara para ulama tasawuf, fiqh, dan keintelektualan.<sup>18</sup>

---

<sup>14</sup> A. Havizh Anshari AZ. Dkk, *Ensiklopedi Islam 3* (Jakarta: PT. Ichtiar Baru Van Hoeve, 1993), cet. I, h. 25.

<sup>15</sup> Amin Syukur dan Masyaharuddin, *Intelektualisme Tasawuf* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2002), h. 120.

<sup>16</sup> A. Havizh Anshari AZ. Dkk, *Op. Cit.*, h. 199.

<sup>17</sup> Amin Syukur dan Masyaharuddin, *Op. Cit.*, h. 120-122.

<sup>18</sup> *Ibid.*, h.136.

Proses pendidikan yang dijalani dikondisi sosial budaya dan krisis pemikiran yang terjadi pada zaman Al-Ghazali, serta dikotomi ajaran tasawuf dan fiqh telah mempengaruhi perkembangan intelektualitas Al-Ghazali. Kaitan historis antara pemikiran Al-Ghazali dengan para pendahulunya menurut Yasir Nasution dinyatakan oleh Al-Ghazali sendiri dalam ‘Al-Munqidz min Adh-Dhalal’ dan diperoleh melalui isyaratnya dalam ‘Tahaafut Al-Falasifah’.<sup>19</sup> Menerangkan bahwa dalam beberapa waktu lamanya Al-Ghazali sempat diliputi oleh keraguan (skeptis).

Telah diterangkan bahwa dibalik perdebatan dan penyelaman berbagai ilmu dan aliran kalam, ternyata semua itu tidak ada yang dapat memberi kepuasan bagi Al-Ghazali, karena itulah Al-Ghazali kemudian memutuskan untuk meletakkan jabatannya sebagai guru besar Nizamiyah serta meninggalkan segala kebesaran dan pengaruhnya dengan meninggalkan Baghdad menuju Syiria, Palestina, selanjutnya ke Makkah dalam rangka mencaari kebenaran. Menurut Amin Syukur, tidak kurang dari 10 tahun lamanya Al-Ghazali melakukan pengembaraannya mencari kebenaran.<sup>20</sup>

Setelah 10 tahun mengasingkan diri, barulah Al-Ghazali kembali kepada keluarganya dan hidup bersama mereka meskipun membatasi diri untuk tetap berdzikir kepada Allah. Al-Ghazali juga kembali mengajar di Naisabur serta

---

<sup>19</sup> M. Yasir Nasution, *Manusia Menurut Al-Ghazali* (Jakarta: Sri Gunting, 2002), h. 25.

<sup>20</sup> Amin Syukur, *Zuhud Di Abad Modern* (Jakarta: Pustaka Pelajar, 1997), h. 80.



membuat khanaqah (pondok) bagi para sufi dan madrasah bagi para penganutnya.<sup>21</sup>

Dalam kamus tasawuf dijelaskan bahwa setelah kembali ke kampung halamannya di kota Thus dan mengajar disana, dan tidak lama kemudian tepat pada tanggal 19 Desember 1111 M/14 Jumadil akhir 505 H Al-Ghazali menghembuskan nafas terakhirnya.<sup>22</sup>

Sebagai seorang yang dikaruniakan padanya kepekaan dan ketajaman nurani, Al-Ghazali selalu berdialog dan bersikap aspiratif pada zamannya. Dari kondisi hidup yang bersentuhan dengan berbagai persoalan yang ada, Al-Ghazali kemudian banyak membuat karya-karya hingga kini telah memperkaya khazanah intelektual keislaman.

### C. Karya-Karya Imam Al-Ghazali

Imam Al-Ghazali hidup hampir 55 tahun dan sudah mulai menulis buku sejak usia 20 tahun. Ia melakukan perjalanan selama 10 hingga 11 tahun dan menghabiskan waktunya untuk membaca, menulis, dan mengajar. Selain itu dia harus menjawab sekitar dua ribu pucuk surat yang berasal dari dekat dan jauh untuk meminta fatwa dan putusannya.<sup>23</sup>

Buku yang ditulis oleh Sang Imam berjumlah hampir 400 judul, antara lain sebagai berikut:<sup>24</sup>

---

<sup>21</sup> *Ibid.*, h. 80.

<sup>22</sup> M. Solihin dan Rosihin Anwar, *Kamus Tasawuf* (Bandung: Rosda Karya, 2002), h. 55.

<sup>23</sup> Imam Al-Ghazali, *Ihya' 'Ulumuddin (Buku Pertama): Biografi Al-Ghazali, Ilmu, Iman* (Bandung: Marja, 2014), cet. I (Edisi Revisi), h. 14.

<sup>24</sup> *Ibid.*, h. 15.

## 1. Teologi

- a) *Al-Wasith* (fikih Syafi'iyah)
- b) *Al-Basith*
- c) *Al-Wajiz* (tentang hukum agama, ringkasan)
- d) *Bayan al-Qaulani li asy-Syafi'i*
- e) *Khulashah ar-Rasa'il* (inti sari fikih)
- f) *Ikhtishar al-Mukhtashar*
- g) *Ghayah al-Ghaur*
- h) *Majmu'at al-Fatawa* (kumpulan putusan hukum)
- i) *Ar-Risalah al-Qudsiyyah* (hukum-hukum agama dari Nabi)

## 2. Prinsip-prinsip Teologi

- a) *Tahsin al-Mu'akhkhir*
- b) *Syifa' al-Alil* (tentang penyembuhan penyakit)
- c) *Al-Mustasyfa* (tentang fikih)

## 3. Fikih

- a) *Khulashah al-Fiqh* (saripati fikih)
- b) *Al-Wajiz*
- c) *Al-Iqtishad fi al-I'tiqad* (penjelasan akidah)
- d) *Al-Qisthas al-Mustaqim*

## 4. Logika

- a) *Mizan al-'Amal*
- b) *Mihag an-Nazhar fi al-Manthiq* (batu asah pemikiran tentang logika)
- c) *Mi'yar al-'Ilm* (batu timbang ilmu)
- d) *Al-Ma'arif* (tentang diskursus logika)
- e) *Mi'yar al-'Ilm fi Fann an-Manthiq* (batu timbang ilmu logika)

## 5. Filsafat

- a) *Maqashid al-Falasifah* (tujuan filosof)

- b) *Al-Munqidz min adh-Dhalal* (lepas dari kesesatan, pernyataan otobiografis mengenai kemajuan/perkembangan spiritualnya)
- c) *Kitab al-Arba'in* (ringkasan dari Ihya')
- d) *Ar-Risalah al-Laduniyyah* (mengenai ilham dan wahyu)

#### 6. Teologi Skolastik

- a) *Tahafut al-Falasifah* (kekacauan para filosof)
- b) *Al-Iqtishad*
- c) *Al-Mustazhhar* (mengenai petunjuk bagi kaum mualaf)
- d) *Iljamat al-'Awwam* (fitnah orang awam)
- e) *Fa'isat az-Zindiq* (penolakan kaum ateis)
- f) *Al-Fikr wa al-'Ibrah* (meditasi dan kontemplasi)
- g) *Al-Hikmah* (kebijaksanaan Tuhan)
- h) *Haqiqah ar-Ruh* (hakikat ruh)

#### 7. Spiritual dan Moral

- a) *Ihya' Ulumuddin* (menghidupkan kembali ilmu-ilmu agama)
- b) *Kimiya'i Sa'adat* (kimia kebahagiaan)
- c) *Akhlaq al-Abrar* (amalan orang saleh)
- d) *Jawahir al-Qur'an* (permata al-Qur'an)
- e) *Minhaj al-'Abidin* (jalan para pengabdikan/ahli ibadah)
- f) *Mi'raj as-Salikin* (langkah para pelusuk atau pelaku jalan sufi)
- g) *Bidayah al-Hidayah* (permulaan hidayah atau petunjuk)
- h) *Misykah al-Anwar* (ceruk cahaya-cahaya)

#### 8. Tafsir

*Yaqut at-Ta'wil* (berisi tafsir Al-Qur'an dalam 40 jilid yang kini tak terselamatkan)

Dari 400 judul buku yang sudah ditulis oleh Imam al-Ghazali, hanya sebagian yang tersimpan di beberapa perpustakaan Eropa, sementara kaum

Muslim tidak memilikinya sebagaimana mestinya. Selain itu, orang Mongol telah bertindak secara barbar dengan membakar buku-bukunya hingga lenyap selamanya.<sup>25</sup>

Dari sekian banyak karya-karya Al-Ghazali yang paling terkenal atau termashur, antara lain:

1) *Al-Munqidz Min Adl-Dhalal* (Pembebasan dari Kesesatan)

Buku ini membahas tentang masa kehidupan berfikirnya, studinya, dan karangannya sampai pada keyakinan. Dijelaskan pula pendirian beliau terhadap empat golongan pencari kebenaran yaitu mereka yang menerjunkan diri sebagai mutakallim, golongan bathiniyah, para filosof, dan sufi.<sup>26</sup>

Buku ini merupakan uraian yang nyata dan terpercaya tentang kehidupan Al-Ghazali dan perkembangan intelektualnya. Di dalam buku ini juga terdapat berbagai isyarat yang harus dijadikan penjelas teks dimana Al-Ghazali telah menjelaskan bagaimana filosofis menghantarkan manusia kepada pengetahuan-pengetahuan inderawi dan prinsip-prinsip rasional tidak dapat menghantarkan manusia kepada kepastian mutlak yang diharapkan para filosof.

2) *Maqahsid Al-Falasifah* (Maksud para Filosof)

Maqhadis Al-Falasifah adalah karangan Al-Ghazali yang pertama ditulisnya pada saat pikirannya masih segar ketika beliau masih berusia

---

<sup>25</sup> *Ibid.*, h. 15-16.

<sup>26</sup> Al-Ghazali, *Al-Munqidz Min Adl-Dhalal* Terj. Abdul Halim Mahmud (Indonesia: Darul Ihya, Tt.Th), h. 44.

25-28 tahun.<sup>27</sup> Buku ini menerangkan masalah-masalah filsafat secara wajar dengan tidak ada bantahan, buku ini juga menguraikan ajaran-ajaran filsafat ternama yaitu ajaran Aris Toteles dan pengikutnya. Berkenaan dengan masalah logika dan ketuhanan Al-Ghazali sendiri dalam karyanya ini bersikap tidak memihak dan mengemukakan pendapat pribadinya. Bahkan buku ini dimaksudkan untuk menguraikan tujuan para filosof sesuai dengan judulnya.

### 3) *Tahafut Al-Falasifah* (Kekacauan para Filosof)

Buku ini dikarang beliau ketika berumur 35-38 tahun. Ketika beliau berada di kota Baghdad. Dari kitab inilah ia memberikan kritik yang tajam terhadap sistem filsafat yang telah diterangkan didalam kitab Mahasid Al-Falasifah.<sup>28</sup> Buku ini berisi kritiknya yang hebat terhadap ilmu filsafat, sehingga cukup menggoncangkan para filosof. Karena dengan dasar inilah Al-Ghazali mengadakan kecaman yang hebat terhadap filsafat, terutama dikalangan filosof arab penganut Aristotelenisme.

Ia hanya membuktikan kepada para filosof bahwa mereka tidak mampu memecahkan persoalan-persoalan ketuhanan. Selain sekedar ajaran-ajaran metafisika yang keliru didalam buku *Tahafut Al-Falasifah* Al-Ghazali juga membahas masalah-masalah aqidah dan menunjukkan kekeliruan para filosof, khususnya pendapat mereka yang mengatakan bahwa alam adalah yang terdahulu, Allah Swt hanya mengetahui

<sup>27</sup> Zainal Abidin, *Riwayat Hidup Al-Ghazali* (Jakarta: Bulan Bintang, 1979), h. 63.

<sup>28</sup> Al-Ghazali, *Ihya Ulumuddin* Jilid II Terj. Ismail Yakub (Fauzan, 1997), h. 26.

totalitas saja dan kebangkitan terhadap ruh saja. Yang jelas kritikan tersebut tetap dalam ruang lingkup akal budi yang digunakan para filosof itu sendiri.

#### 4) *Ihya' Ulumuddin* (Menghidupkan Kembali Ilmu-Ilmu Agama)

Pada buku inilah yang merupakan buku tasawuf yang berisi ilmu-ilmu keislaman dan bertujuan untuk memupuk kebahagiaan hati dan inilah buku Al-Ghazali tentang akhlak. Dalam buku Al-Ghazali yang lain, bahwa kitab *Ihya' Ulumuddin* adalah salah satu kitab yang terbesar diantara karangannya dan dikarang beberapa tahun dalam keadaan berpindah-pindah antara Syam, Yerusalem, Hejaz, dan Thus. Buku ini berisi panduan indah antara fiqh, tasawuf, dan filsafat. Kitab inilah yang sangat terkenal dikalangan kaum muslimin dan bahkan dikalangan dunia barat dan luar islam.<sup>29</sup>

Dari buku inilah satu penyebab sehingga beliau amat terkenal sebagai ilmuan dan bahkan beliau mempunyai pengaruh yang besar, baik di timur maupun di barat sehingga beliau dihormati dengan diberi gelar "*Hujjatul Islam*" (bukti islam) dan disebut juga muslim terbesar sesudah Muhammad.<sup>30</sup>

### D. Pokok-Pokok Pemikiran Imam Al-Ghazali

Pokok-pokok pemikiran Al-Ghazali, yaitu:

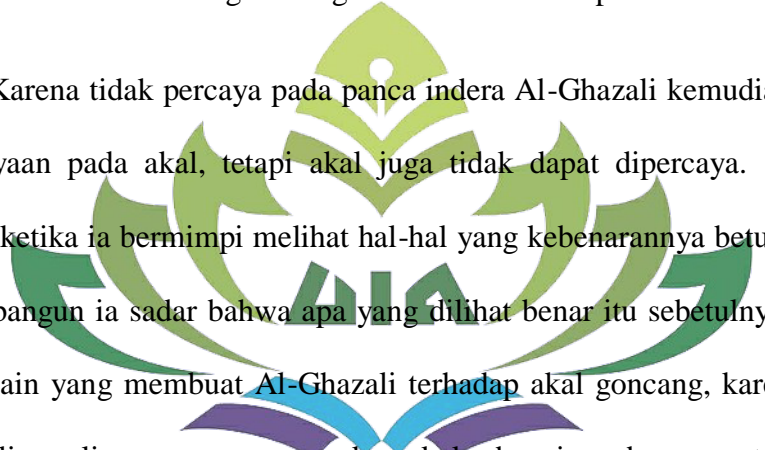
<sup>29</sup> A.Hanafi, *Pengantar Theologi Islam* (Jakarta: Djaya Murni, 1967), h. 115.

<sup>30</sup> J.W.M. Bakker SY, *Sejarah Filsafat Dalam Islam* (Yogyakarta: Yayasan Kansius, 1978), h. 63.



## 1. Epistimologi

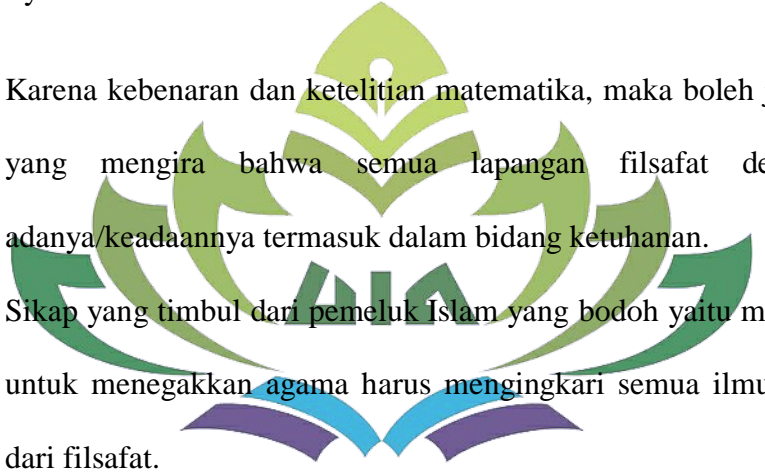
Sebagaimana dijelaskan Al-Ghazali dalam bukunya *Al-Munqidz Minadl* Dlalal ia mencari kebenaran yang sejati yaitu kebenaran yang diyakininya betul-betul merupakan kebenaran seperti kebenaran sepuluh lebih banyak dari tiga. Pada mulanya Al-Ghazali beranggapan bahwa pengetahuan itu adalah hal-hal yang dapat ditangkap oleh panca indera. Diumpamakan bayangan itu berpindah tempat. Demikian pula bintang-bintang dilangit, kelihatannya kecil tetapi perhitungan menyatakan bahwa bintang-bintang itu lebih besar daripada bumi.



Karena tidak percaya pada panca indera Al-Ghazali kemudian meletakkan kepercayaan pada akal, tetapi akal juga tidak dapat dipercaya. Menurut Al-Ghazali ketika ia bermimpi melihat hal-hal yang kebenarannya betul-betul namun setelah bangun ia sadar bahwa apa yang dilihat benar itu sebetulnya tidak benar. Alasan lain yang membuat Al-Ghazali terhadap akal goncang, karena ia melihat bahwa aliran-aliran yang menggunakan akal sebagai sumber pengetahuan ternyata menghasilkan pandangan-pandangan yang bertentangan yang sulit diselesaikan dengan akal. Artinya akal pada dirinya membenarkan pandangan-pandangan yang bertentangan itu. Ketika itu ia berhasil membuktikan adanya pengetahuan yang lebih tinggi daripada akal secara aktual. Akhirnya Al-Ghazali mengalami puncak kesangsian karena ia tidak menemui sumber pengetahuan yang dapat dipercayai. Tetapi dua bulan kemudian dengan cara tiba-tiba Tuhan memberikan nur yang disebut juga oleh Al-Ghazali *ma'rifah* kedalam hatinya sehingga ia merasa sehat dan dapat menerima kebenaran pengetahuan. Dengan demikian bagi Al-Ghazali bahwa intuisi lebih tinggi dan lebih dipercayai daripada akal untuk menangkap

pengetahuan yang betul-betul diyakini kebenarannya. Sumber pengetahuan tersebut dinamakan juga al-nubuwwat yang pada Nabi disebut wahyu dan pada biasanya berbentuk ilham.<sup>31</sup>

Menurut Al-Ghazali lapangan filsafat itu ada enam, yaitu; matematika, logika, politik, fisika, etika, dan metafisika. Matematika tidak bertentangan dengan agama, karena ilmu itu hasil pembuktian pikiran yang tidak dapat diingkari sesudah dipahami dan diketahui tetapi ilmu tersebut menimbulkan dua keberatan yaitu:

- 
- a. Karena kebenaran dan ketelitian matematika, maka boleh jadi ada orang yang mengira bahwa semua lapangan filsafat demikian pula adanya/keadaannya termasuk dalam bidang ketuhanan.
  - b. Sikap yang timbul dari pemeluk Islam yang bodoh yaitu menduga bahwa untuk menegakkan agama harus mengingkari semua ilmu yang berasal dari filsafat.

Logika menurut Al-Ghazali juga tidak ada sangkut pautnya dengan agama. Logika berisi penyelidikan tentang dalil-dalil pembuktian, silogisme, syarat-syarat pembuktian, definisi-definisi dan sebagainya. Semua persoalan tidak perlu diingkari sebab masih sejenis yang dipergunakan mutakalimin meskipun kadang-kadang berbeda istilah. Bahaya yang ditimbulkan oleh logika karena syarat-syarat pembuktian bisa menimbulkan keyakinan. Maka syarat-syarat pembuktian tersebut juga menjadi pendahuluan dalam persoalan ketuhanan sedangkan sebenarnya tidak demikian.

---

<sup>31</sup> Hasyimsyah Nasution, *Filsafat Islam* (Jakarta: Gaya Media Pratama, 1999), h. 81.

Ilmu fisika menurut Al-Ghazali membicarakan tentang planet-planet, unsur-unsur tunggal seperti air, udara, api, dan tanah kemudian benda-benda tersusun atas tumbuhan, hewan, logam, sebab-sebab perubahan pelarutnya. Pembahasan tersebut sejenis dengan pembahasan kedokteran yaitu; menyelidiki tubuh manusia, anggota-anggota badannya, dan reaksi-reaksi kimia yang terjadi didalamnya. Sedangkan agama tidak mengisyaratkan mengingkari ilmu kedokteran, maka demikian pula ilmu fisika juga tidak perlu diingkari karena alam ini dikuasai dan bekerja oleh Tuhan.

Ilmu politik juga tidak bertentangan dengan agama menurut Al-Ghazali karena semua pembicaraan para filosof tentang ilmu ini kembali kepada hukum kemaslahatan yang masih ada konteksnya dengan urusan-urusan kekuasaan dunia. Para filosof mengambilnya dari kitab-kitab Allah Swt yang diturunkan kepada Nabi dan hikmah-hikmah (kata-kata mutiara) yang biasa dipakai oleh para wali yang dahulu.

Sedangkan ilmu etika menurut Al-Ghazali bahwa seluruh pembicaraan para filosof mengenai ilmu etika ini kembali kepada pembatasan-pembatasan sifat-sifat jiwa dan beberapa pengertiannya, menyebutkan jenis dan macam ragamnya. Bagaimana cara mengobati dan melatihnya. Mereka mengambilnya dari golongan sufi dan melatih jiwa mereka ini tersingkaplah dari etika jiwa, cacat-cacat jiwa dan berpekerjaan jiwa akan sesuatu yang telah mereka jelaskan. Kemudian cara yang seperti ini diambil oleh para filosof, mereka tidak menepati dalil-dalil yang telah mereka syaratkan dalam ilmu mantiq, sehingga demikian

banyak terjadi berbagai perselisihan paham dikalangan mereka sendiri mengenai ilmu ini.

## 2. Moral

Dalam karya Al-Ghazali persoalan akhlak belum menjadi masalah pokok, hanya dalam satu karya masa awalnya *Mizan Al-A'mal*, akhlak merupakan bahan pemikiran utama. Kebanyakan karya-karya akhirnya bersifat moralitas yang menjamin kehidupan sempurna. Adapun teori etika yang dikembangkan oleh Al-Ghazali terhadap ilmu ini pada karya terakhirnya setelah ia menjadi sufi tidak lagi menggunakan ungkapan 'ilm akhlak' tetapi dengan 'ilm thariq al-akherat' (ilmu jalan akherat), satu jalan yang dilalui para Nabi dan leluhurnya yang shaleh (Al-Salaf al-Shalih) ia juga menamakannya dengan ilmu agama praktis.

## 3. Jiwa

Manusia menurut Al-Ghazali diciptakan oleh Allah Swt sebagai makhluk yang terdiri dari jiwa dan jasad. Jiwa yang menjadi inti hakikat manusia adalah makhluk spiritual rabbani yang sangat halus. Istilah yang digunakan Al-Ghazali adalah *qalb*, *ruh*, *nafs*, dan *'aql*.<sup>32</sup>

Jiwa bagi Al-Ghazali adalah suatu zat (*jauhar*) dan bukan suatu keadaan atau aksiden (*'ardh*) sehingga ia ada pada dirinya sendiri, jasadlah yang bergantung pada jiwa dan bukan sebaliknya. Jiwa berada dalam spiritual sedangkan jasad berada dalam materi. Jiwa bagi Al-Ghazali berasal sama dengan malaikat bersifat lahiriyah. Jiwa tidak berawal dengan waktu, seperti menurut

---

<sup>32</sup> *Ibid.*, h. 83-84.

Plato dan filsuf lainnya. Tiap jiwa pribadi diciptakan oleh Allah Swt (‘alam al-arwah) pada saat benih manusia memasuki rahim, jiwa lalu dihubungkan dengan jasad. Setelah kematian jasad musnah tetapi jiwa tidak, ia tetap dan tidak terpengaruh dengan kematian tersebut kecuali kehilangan tempatnya. Jiwa memiliki kemampuan memahami sehingga persoalan kenabian, perbuatan manusia, dan seluruh berita tentang akhirat membawa makna dalam kehidupan manusia. Tidak demikian halnya dengan fisik, sebab fisik manusia mempunyai kemampuan memahami obyek-obyek lainnya juga mesti mempunyai kemampuan memahami kenyataannya tidak demikian.

Menurut Al-Ghazali para filsuf muslim meyakini keabadian jiwa, tetapi pembuktian mereka dengan akal hanya bisa bertaraf kemungkinan. Bagi Al-Ghazali jiwa yang berasal dari ilahi mempunyai potensial kodrati (ash al-fitrah) yaitu kecenderungannya kepada kebaikan dan keengganan kepada kekejian. Pada waktu lahir ia merupakan zat yang bersih dan murni dengan esensi malaikat sedangkan jasad berasal dari alam al-khalaq. Karena itu kecenderungan jiwa rindu akan alam atas dan ingin mendampingi para malaikat namun kerap diredam keinginan duniawi.<sup>33</sup>

Mengenai hubungan jiwa dan jasad dari segi pandangan moral menurut Al-Ghazali bahwa setiap jiwa bisa mendapatkan bekal lagi hidup kekalnya. Jiwa merupakan inti hakiki manusia dan jasad hanyalah alat baginya untuk mencari bekal dan kesempurnaan karena jasad sangat diperlukan bagi jiwa maka ia harus dirawat baik-baik.

---

<sup>33</sup> *Ibid.*, h. 85.

Semua yang ada pada jasad menurut Al-Ghazali merupakan “pembantu” jiwa. Sebagian dari pembantu itu terlihat nyata seperti tangan, kaki, dan bagian-bagian tubuh luar dan dalam yang lain.

#### 4. Metafisika

Pada lapangan metafisika Al-Ghazali memberikan reaksi keras terhadap Neo-Platonisme Islam. Menurutny banyak sekali kesalahan filsuf karena mereka tidak teliti seperti halnya dengan lapangan logika dan matematika. Untuk itu Al-Ghazali mengecam secara langsung dua tokoh Neo-Platonisme yakni Al-Farabi dan Ibn Sina, dan secara tidak langsung terhadap guru mereka Aristoteles. Menurut Al-Ghazali bahwa para pemikir bebas tersebut ingin meninggalkan keyakinan-keyakinan Islam dan mengabaikan dasar-dasar pemujaan ritual dengan menganggapnya tidak berguna bagi pencapaian intelektual mereka.

Pengaruh Al-Ghazali dikalangan muslimin sangat besar sekali sehingga menurut pandangan para ahli ketimuran di dunia barat agama Islam digambarkan oleh kebanyakan kaum muslimin berpangkal pada konsepsi Al-Ghazali. Dari sekian karangannya telah dibaca oleh berjuta-juta manusia barat dan timur mereka mengambil manfaat dari pemikirannya.<sup>34</sup>

Dalam karyanya yang terkenal ‘Ihya Ulumuddin’ penuh dengan mutiara-mutiara kebajikan dan ditaburi dengan penafsiran-penafsiran sufistik dan filosofis, sehingga ustada Muhaddits Zainuddin Iraqy berpendapat Al-Ghazali sebagai seorang ulama telah berhasil dalam upayanya untuk meringkaskan dan kadang-

---

<sup>34</sup> *Ibid.*, h. 86.



kadang menjelaskan ajaran-ajaran Al-Qur'an dan Hadits dalam karya abadinya disamping Al-Qur'an dan Hadits juga merupakan buku yang praktis dari agama sejati yang ada.<sup>35</sup>

Selanjutnya Imam Nawawi mengatakan “tidak ada buku sehebat yang pernah ditulis sebelumnya, dan tidak ada yang dihasilkan hari ini”. Juga mengenai karya diatas Syekh Muhammad Karzony melalui “pengetahuan manusia dan segenap pengetahuan bisa dihidupkan kembali berdasarkan materi yang terkandung dalam materi buku ini.

Sayyid Amir menulis dalam bukunya “*The Spirit Of Islam*” mengatakan: bahwa Al-Ghazali mengajukan skema hidup yang dianggapnya membentuk lintasan tariqoh yang benar, menuju puncak “pencapaian keakraban dengan Allah yang maha kuasa” dan kedamaian terakhir didalam penglihatan yang indah. Ucapannya tentang semua alam ciptaan Allah tidak lain merupakan gema Al-Qur'an.<sup>36</sup>

Bukunya yang lain, *Al-Muqidz Minadl Dlolal* (penyelamat dari kesesatan) berisi sejarah perkembangan alam pikirannya dan mencerminkan sikapnya yang terakhir terhadap bermacam ilmu serta jalan mencapai Tuhan. Banyak penulis modern yang mengikuti jejak Al-Ghazali dalam menulis autobiografi.

Di antaranya adalah Fascal sebagaimana dikatakan oleh Asin Palacios: Pascal banyak persamaannya dengan Al-Ghazali dalam pendiriannya, bahwa

---

<sup>35</sup>Abdul Qayyum, *Surat-Surat Al-Ghazali* Terj. Haidar Bakir (Bandung: Mizan, 1989), h. 3.

<sup>36</sup>*Ibid.*, h. 17.

pengetahuan-pengetahuan agama tidak bisa diperoleh dari akal pikiran tetapi harus berdasarkan hati dan rasa”.<sup>37</sup>

Dalam konsep tasawufnya Al-Ghazali menyerukan agar manusia harus membentengi diri dari sifat ego yang berlebihan disebabkan akan menghambat pengenalan atau pengetahuan tentang Tuhan disediakan bagi mereka yang oleh nalar suatu karunia dari sang pencipta. Pendapatnya ini didukung Dr. Alexis Carell, seorang pemenang hadiah nobel dibidang fisiologi mengatakan, “meskipun peradaban ilmiah telah maju tetapi kepribadian manusia justru larut. Lanjut ia meyakini bahwa dengan berdo’a makhluk manusia berupaya memperbesar energi mereka yang terbatas.”<sup>38</sup>

Selanjutnya dalam bidang filsafat konon menurut para sebagian ahli selidik dan orientalis barat berpendapat bahwa “keragu-raguan deskartes” adalah juga mendapat pengaruh dari keraguan Al-Ghazali, sebagaimana pernyataan beliau, “keraguan mengantarkan kita pada kebenaran”.<sup>39</sup> Ini dikuatkan juga oleh seorang cendikiawan muslim yang berkunjung ke perpustakaan deskartes di Perancis. Ia menemukan naskah terjemahan karya Al-Ghazali, *Al-Munqid Minadl Dholal*. Dalam bahagian mengenai keraguan, Deskartes memberi dengan tulisan tangan sebagai berikut: “Pindahkan ini ke dalam metode kita”.

Di antara pengaruh Al-Ghazali di Indonesia melalui kitab *Ihya Ulumuddin* sangat besar sekali. Seorang ulama tanah air Syeh Abdus Samad Al-Palimbani di

<sup>37</sup> Poerwantana, A. Ahmadi, Rosali, *Seluk Beluk Filsafat Islam* (Bandung: Rosda, 1988), h. 168.

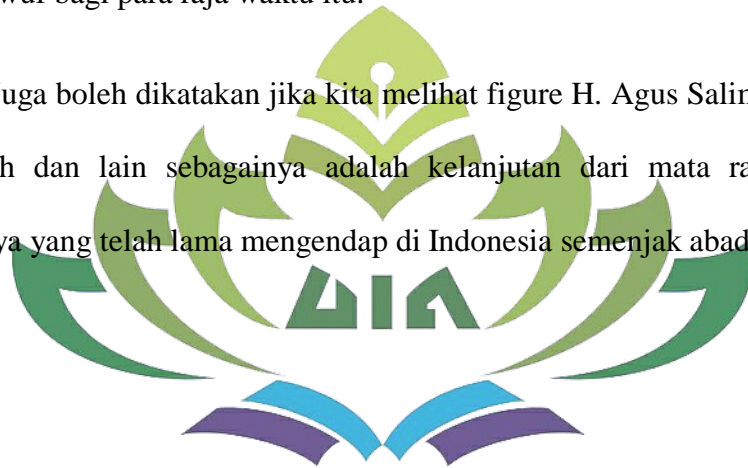
<sup>38</sup> Abdul Qoyyum, *Op. Cit.*, h. 26.

<sup>39</sup> Mahmud Hamdi Zaquq, *Al-Ghazali Sang Sufi Sang Filosofis* (Bandung: Pustaka, 1987), h. 9.

abda 18 telah mengambil intisari dari kitab di atas dan menyalinnya kedalam bahasa melayu dengan nama “Siarus Salikin”. Bahwa buku tasawuf modern yang dikarang oleh Hamka, seperti yang di katakannya juga mengambil intisari dari Ihya’ Ulumuddin.

Dalam lapangan politik diuraikan oleh Zainal Abidin Ahmad, bahwa sejak raja-raja dahulu mulai dari Aceh, Sumatera Barat (Imam Bonjol), Palembang, telah mendapat pengaruh dari pemikiran politiknya. Memadukan konsep politik dan tasawuf bagi para raja waktu itu.

Juga boleh dikatakan jika kita melihat figure H. Agus Salim, Dr. A. Karim Amrullah dan lain sebagainya adalah kelanjutan dari mata rantai pemikiran politiknya yang telah lama mengendap di Indonesia semenjak abad-abad lalu.



## **BAB IV**

### **HAKIKAT DZIKIR DAN TERAPI GANGGUAN JIWA**

#### **A. Makna dan Hakikat Zikir Menurut Imam Al-Ghazali**

Era modern saat ini dan teknologi yang semakin canggih serta memudahkan manusia untuk mengaksesnya, sehingga menimbulkan dampak positif dan negatif. Oleh karena itu, kehidupan manusia semakin kompetitif dalam segala bidang dan meningkatnya kebutuhan hidup yang menimbulkan hasrat serta keinginan untuk memenuhinya.

Dalam kehidupan, tidak semua kehendak dan keinginan dapat terpenuhi, sehingga menimbulkan kekecewaan, kegelisahan, kegundahan, dan lain sebagainya. Yang demikian itu menimbulkan konflik dalam diri seseorang, dan umumnya konflik tersebut timbul bukan karena kekurangan materi melainkan karena ketidaktenangan dalam dirinya.

Konflik yang terjadi pada diri seseorang yang berakibat terganggunya jiwa seseorang yang apabila tidak mendapat penyelesaian dengan baik akan membawa resiko yang lebih jauh lagi dalam diri seseorang tersebut.

Apabila ada faktor kejiwaan yang menjadi sumber penyakit dalam tubuh seseorang maka pengobatan bagi penderita dititikberatkan pada pengobatan kejiwaan tanpa mengabaikan pengobatan biasa atau pengobatan kebendaan.<sup>1</sup>

---

<sup>1</sup> H. Aulia, *Agama dan Kesehatan Badan / Jiwa* (Jakarta: Bulan Bintang, 1974), h. 12.

Sedangkan menurut A. S. R. Rasyid dan R. Abdul Malik adalah “salah satu obat untuk menghilangkan kegelisahan dalam hati bukanlah obat penenang yang diberikan oleh seorang dokter, melainkan manusia tersebut harus kembali ke jalan agama”.<sup>2</sup>

Bagi manusia yang beragama, agama memiliki peranan sangat penting karena agama merupakan keyakinan, landasan hidup, sumber nilai dan moral sehingga menjadi pendorong, penggerak, serta pengontrol manusia untuk melakukan tindakan agar manusia tersebut dapat menjalankan hidupnya dengan baik.

Hubungan moral dan agama sangat erat kaitannya, karena orang-orang yang mengerti agama akan melaksanakan ajaran-ajaran agama dalam kehidupannya sehari-hari, namun sebaliknya orang-orang yang akhlaknya merosot biasanya keyakinan terhadap agama kurang dan tidak ada sama sekali.

Orang yang dalam kehidupan sehari-harinya kurang atau bahkan tidak menjalankan ajaran agama, maka ia akan berbuat dan bertindak sekehendak hatinya sendiri dan segala yang dilakukan hanya untuk memuaskan nafsu dengan berbagai cara untuk memenuhinya yang terkadang justru malah merugikan dirinya sendiri.

Sebaliknya orang yang menjalankan ajaran-ajaran agama akan mendapatkan ketenangan, keceriaan serta kebahagiaan hidup karena ia merasa

---

<sup>2</sup>A. S. R. Rasyid dan Abdul Malik, *Zikir dan Pedoman Kesembuhan Rezeki* (Jakarta: Grafikatama Jaya, 1992), h. 31.

bahwa segala yang dilakukannya mengandung arti dan ia dapat merasakan nikmatnya hidup.

Hal itu timbul karena didalam hatinya penuh dengan keyakinan bahwa segala yang dilakukannya merupakan rahmat Tuhan, dan Tuhan akan selalu melindungi serta membantunya dalam segala hal.

Penyembuhan atau pengobatan pada orang yang terganggu jiwanya yaitu melalui pengobatan terapi keagamaan, sebagaimana pendapat Kh. S. S. Djam'an yaitu "pengobatan dalam psikosomatik atau penyakit jiwa yang ditimbulkan oleh ketegangan jiwa hanya diobati oleh agama (agama Islam)".<sup>3</sup> Salah satu pengobatan terapi kejiwaan dengan cara berdzikir.

Dzikir merupakan salah satu cara mendekatkan diri kepada Allah untuk selalu mengingat-Nya dan menyebut nama-Nya dengan cara/melalui tasbih, jari-jari dan lain sebagainya.

Secara etimologi dzikir berasal dari kata *dzakara* artinya mengingat, memperhatikan, mengenang, mangapmbil pelajaran, mengenal atau mengerti dan mengingat.<sup>4</sup> Dzikir berarti mengingat, mengisi atau menuangi, artinya bagi orang yang berdzikir berarti mencoba mengisi dan menaungi pikiran dan hatinya dengan kata-kata suci.

---

<sup>3</sup> Kh. S. S. Djam'an, *Islam dan Psikosomatik (Penyakit Jiwa)* (Jakarta: Bulan Bintang, 1975), h. 13.

<sup>4</sup> Afif Anshori, *Dzikir Demi Kedamaian Jiwa* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), h. 116.



Secara terminologi dzikir adalah usaha manusia untuk mendekatkan diri pada Allah dengan cara mengingat Allah dengan cara mengingat keagungan-Nya. Adapun realisasi untuk mengingat Allah dengan cara memuji-Nya, membaca firman-Nya, menuntut ilmu-Nya dan memohon kepada-Nya.<sup>5</sup>

Abu Bakar Atjeh memberikan pengertian dzikir sebagai ucapan yang dilakukan dengan lidah atau mengingat Tuhan dengan hati, dengan ucapan atau ingatan yang mempersucikan Tuhan dan membersihkannya dari sifat-sifat yang tidak layak, selanjutnya dengan memuji-pujian sifat-sifat yang sempurna, sifat-sifat yang menunjukkan kebesaran dan kemurnian.<sup>6</sup>

Sementara Alkalabadzi memberikan pengertian bahwa dzikir yang sesungguhnya adalah melupakan semuanya, kecuali yang Esa. Hasan al-Bana seorang tokoh Ikhwanul Muslimin dari Mesir, menyatakan bahwa semua apa saja yang mendekatkan diri kepada Allah dan semua ingatan yang menjadikan diri dekat dengan Tuhan adalah dzikir.<sup>7</sup>

Berdasarkan pengertian diatas, dzikir baru merupakan bentuk komunikasi sepihak antara makhluk dan khalik saja, tetapi lebih dari itu zikir Allah bersifat aktif dan kreatif, karena komunikasi tersebut bukan hanya sepihak melainkan bersifat timbal balik. Seperti yang dikatakan oleh Al-Ghazali: *dzikrullah* berarti ingatnya seseorang bahwa Allah mengamati seluruh tindakan dan pikirannya.<sup>8</sup> Jadi, dzikir bukan sekedar mengingat suatu peristiwa, namun mengingat Allah

<sup>5</sup> Al-Islam, *Muamalah dan Akhlak* (Jakarta: Rineka Cipta, 2007), h. 187.

<sup>6</sup> Afif Anshori, *Op.Cit.*, h. 19.

<sup>7</sup> *Ibid.*, h. 20.

<sup>8</sup> Al-Ghazali, *Metode Menggapai Kebahagiaan* (Bandung: Mizan, 2014), h. 109.

dengan sepenuh keyakinan akan kebesaran Tuhan dengan segala sifat-sifat-Nya serta menyadari bahwa dirinya berada dalam pengawasan Allah, seraya menyebut nama Allah dalam hati dan lisan.

Sa'id Hawwa berkata: Orang yang menghendaki akhirat harus membuat program rutin untuk dirinya berupa bacaan *istighfar*, *tahlil*, *shalawat* atas Rasulullah Saw dan dzikir-dzikir ma'tsur lainnya, sebagaimana ia harus membiasakan lisannya untuk dzikir terus-menerus seperti *tasbih*, *istighfar*, *tahlil*, *takbir*, atau *hauqalah* (*laa haula walaa quwwata illaa billah*), untuk menambah program rutin tersebut dengan berbagai shalat, ibadah dan amalan-amalan lainnya. Kesucian dan ketinggian jiwanya akan sangat ditentukan oleh sejauh mana ia telah melaksanakan sarana-sarana *tazkiyah*, baik ia merasakan ataupun tidak.<sup>9</sup>

Amin Syukur menjelaskan bahwa Al-Qur'an memberi petunjuk, dzikir bukan hanya ekspresi daya ingat yang ditampilkan dengan komat-kamitnya lidah sambil duduk merenung, tetapi lebih dari itu, zikir bersifat implementatif dalam berbagai variasi yang aktif dan kreatif.<sup>10</sup>

Jika ikan dibaratkan sebagai manusia, maka dzikir adalah airnya. Tanpa dzikir, manusia tak akan bisa hidup dengan baik, bahkan mati. Sama saja seperti ikan jika tidak berada di habitatnya (air). Maka, kebutuhan manusia terhadap dzikir, sejatinya jauh lebih agung dari kebutuhan manusia dari makan dan minum

---

<sup>9</sup> Sa'id Hawwa, *Mensucikan Jiwa 'Konsep Tazkiyatun Nafs: Intisari Ihya Ulumuddin Al-Ghazali'* (Jakarta: Robbani Press, 1998), h. 103.

<sup>10</sup> Amin Syukur, *Dasar-Dasar Ilmu Dakwah* (Surabaya: al-Ikhlash, 2006), h. 29.

yang batas dominannya hanya kebutuhan fisik. Banyak orang yang lalai dan tak menyadari bahwa dengan mengingat Allah jiwa dapat menjadi tenteram.

Jadi, makna dan hakikat dzikir menurut Imam Al-Ghazali adalah mendekatkan diri/hati dari segala hal yang tidak berkaitan kepada Allah, seraya mengucapkan tasbih, tahmid, tahlil, istighfar, dan lain sebagainya.

## **B. Dzikir Sebagai Terapi Penyembuhan Gangguan Jiwa Dalam Perspektif Imam Al-Ghazali**

Dzikir kepada Allah dengan semua formulanya merupakan obat bagi penyakit-penyakit hati dan jiwa. Di antara formula dzikir adalah *La ilaha illallah* (Tiada Tuhan selain Allah), shalawat kepada Nabi, istigfar, sebagian nama-nama Allah, kata “Allah” dan formula lainnya. Semua formula dzikir yang menjadi obat ini diambil dari apotek al-Qur’an dan hadis.<sup>11</sup>

Karena formula dzikir sangat banyak, dan setiap formula memiliki pengaruh khusus dalam hati dan jiwa, maka para mursyid sufi - para dokter hati dan para pewaris Rasulullah dalam berdakwah, membimbing dan mendidik - mengizinkan para murid mereka untuk membaca dzikir-dzikir tertentu sesuai dengan keadaan dan kebutuhan mereka, sehingga dapat meningkatkan derajat spiritualitas mereka dalam perjalanan menuju ridha Allah. Ini seperti dokter yang memberikan obat dan perawatan kepada pasiennya yang sesuai dengan penyakitnya. Kemudian dokter tersebut mengganti obat sesuai dengan perkembangan kesembuhannya. Oleh karena itu, seorang murid yang salik harus

---

<sup>11</sup> Syaikh Abdul Qadir Isa, *Hakekat Tasawuf* (Jakarta: Qisthi Press, 2005), h. 119-120.

selalu berkomunikasi dengan mursyidnya, agar selalu dapat berkonsultasi dan mengungkapkan apa yang didapatnya dalam dzikirnya, mulai dari nilai-nilai spiritual yang didapat, perubahan keadaan hati dan ketenangan jiwa. Dengan demikian, dia dapat naik ke tangga berikutnya dalam perjalanan menuju keluruhan budi pekerti dan makrifat-makrifat ketuhanan.<sup>12</sup>

Dzikir mempunyai awal dan akhir. Permulaan dzikir adalah cinta dan penghujungnya pun adalah cinta. Pada permulaannya, kadang-kadang sangat berat membelokkan hati kepada Allah Ta'ala. Namun, apabila dilakukan dengan cinta kepada Allah niscaya pelakunya akan mendapatkan cinta dari-Nya. Tidak ada kegelisahan hati jika dzikir telah menjadi kebiasaan, yaitu dilakukan di tempat sunyi jauh dari keramaian.<sup>13</sup>

Jadi, dzikir yang dilakukan secara dawam (terus-menerus) akan berbuah cinta kepada-Nya dan dengan demikian pun Allah Swt akan semakin cinta kepadanya. Maka dzikir pun akan kian menjadi kebiasaan.

Seorang ulama ahli hikmah berkata, “Saya telah membaca Al-Qur'an selama dua puluh tahun dan kini merasakan nikmatnya. Nikmat mustahil dicapai tanpa cinta dan kejinakan hati. Amalan itu kini menjadi kebiasaan. Manusia adalah budak kebiasaan dan akhirnya kebiasaan berubah menjadi tabiat. Ketika ada gairah untuk dzikir kepada Allah Swt, terputuslah ia dari segala sesuatu kecuali Allah Ta'ala dan ia melakukan hal tersebut hingga kematiannya. Dzikrullah akan menyertainya di dalam kubur dan bukan anak-anak ataupun

---

<sup>12</sup>*Ibid.*, h. 120.

<sup>13</sup> Imam Al-Ghazali, *Ihya' Ulumuddin Buku Ketiga* (Bandung: Marja, 2014), h. 87.

hartanya. Oleh karena itu Rasulullah Saw bersabda, “Ruhul Qudus diilhamkan ke dalam hatiku, ‘Cintailah apa pun yang kau cintai, tetapi ingat bahwa engkau akhirnya akan meninggalkannya.’.”

Dengan perkataan lain, kita harus ingat bahwa hubungan dengan dunia akan berakhir dengan datangnya ajal. Maka jangan mengingkari bahwa dzikir kepada Allah akan menyertai kita bahkan setelah meninggalkan dunia yang fana ini.

Sebagian dari kita barangkali bertanya mengapa dzikir kepada Allah yang begitu mudah lidah kita mengucapkannya dan amat sedikit sekali memerlukan tenaga, tetapi menjadi amalan yang lebih baik dan lebih bermanfaat daripada amalan-amalan lainnya?<sup>14</sup>

Jawabannya tidak akan dipahami kecuali dengan pengetahuan spiritual (ilmu mukasyafah). Di antara semua jenis pekerjaan duniawi, dzikir terus-menerus dengan hati tawadhuk adalah yang paling utama dan paling bermanfaat. Jika hati kita lengah serta lalai pada saat berdzikir kepada-Nya dengan lidah, maka pahala yang kita raih pun juga tidak berarti. Apabila hati kita tidak ada perhatian saat berdzikir, maka amat kecil manfaatnya. Tetapi nilai dzikir yang dilakukan dengan penuh perhatian dan sepenuh hati setiap saat nilainya berada di atas ibadah-ibadah lainnya. Ingat dan mengingati Allah Swt adalah tujuan dari setiap ibadah yang kita kerjakan, dengan berdzikir merupakan suatu pengalaman rohani

---

<sup>14</sup>*Ibid.*, h. 86.

yang dapat dinikmati oleh pelakunya, hal ini yang dimaksud oleh Allah sebagai penentram hati.

Pembagian dzikir secara garis besar meliputi;

- a. Dzikir lisan dan hati, yakni dengan mengucapkan kalimat-kalimat dzikir, dan merenungkan serta mengingat Allah dengan hati.
- b. Dzikir perbuatan, yakni dengan berbuat kebaikan dan beramal dengan mengingat kebesaran Allah.<sup>15</sup>

Beberapa ahli memberikan penjelasan tentang bentuk-bentuk dzikir yang diterapkan dalam kehidupan tasawuf, para ahli tersebut diantaranya Sukanto membagi dzikir ke dalam empat jenis, yaitu:

- 1) Dzikir membangkitkan daya ingat
- 2) Dzikir kepada hukum-hukum ilahi
- 3) Dzikir-dzikir mengambil pelajaran atau peringatan
- 4) Dzikir meneliti proses alam<sup>16</sup>

Menurut Amin Syukur banyak bentuk dzikir yang ditentukan dalam ajaran tasawuf; pertama *dzikir jahr* yaitu sesuatu perbuatan mengingat Allah dalam bentuk ucapan-ucapan lisan, yang lebih menampakan suara yang jelas untuk menuntun gerak hati. Kedua, *dzikir khafi* yaitu dzikir yang samar-samar. Dzikir khafi dilakukan secara khusyu' oleh ingatan baik disertai dzikir lisan atau tidak.

<sup>15</sup> Al-Islam, *Muamalah dan Akhlak* (Jakarta: Rineka Cipta, 2007), h. 88.

<sup>16</sup> Afif Anshori, *Dzikir Demi Kedamaian Jiwa* (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003), h.



Ketiga, *dzikir haqiqi* yaitu dzikir yang sebenarnya, jenis dzikir ini dilakukan oleh seluruh jiwa raga baik lahir maupun batin, kapan saja dan dimana saja.<sup>17</sup>

Adapun bacaan-bacaan yang dianjurkan dalam dzikir lisan menurut Hawari adalah sebagai berikut:

- a. Membaca tasbih (subhanallah) yang mempunyai arti Maha Suci Allah.
- b. Membaca tahmid (alhamdulillah) yang bermakna segala puji bagi Allah.
- c. Membaca tahlil (la ilaha illallah) yang bermakna tiada Tuhan selain Allah.
- d. Membaca takbir (Allahu akbar) yang berarti Allah Maha Besar.
- e. Membaca hauqallah (la haula wala quwwata illa billah) yang bermakna tiada daya upaya dan kekuatan kecuali Allah.
- f. Hasballah = hasbiallahu wani'mal wakil, yang berarti cukuplah Allah dan sebaik-baiknya pelindung.
- g. Istighfar = astaghfirullahal adzim, yang bermakna saya memohon ampun kepada Allah yang Maha Agung.
- h. Membaca lafadz baqiyatussalimah (subhanallah wal hamdulillah wala illaha illallah Allahu akbar) yang bermakna Maha Suci Allah dan segala puji Allah dan tiada Tuhan selain Allah dan Allah Maha Besar.<sup>18</sup>

Orang yang terganggu jiwanya seperti tidak tenang, resah, gelisah, dan bimbang dalam kehidupan sehari-hari biasanya ia lupa pada Tuhan. Ia merasa bahwa tidak ada yang menolong serta melindunginya. Dengan keadaan itu, ia

<sup>17</sup> Amin Syukur, *Insan Kamil 'Paket Pelatihan Seni Menata Hati'* (Semarang: Bima Sakti, 2003), h. 178.

<sup>18</sup> Dadang Hawari, *Al-Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa Dan Kesehatan Jiwa* (Yogyakarta: Dana Bhakti Pimayasa, 2002), h. 199.

berusaha dengan berbagai macam cara untuk lepas dari keadaan seperti itu, yang justru berakibat fatal bagi dirinya seperti; minum obat penenang, mabuk-mabukan, kecanduan heroin, bahkan sampai bunuh diri.

Sebagai agama rahmatan lil alamin menawarkan suatu konsep dikembangkannya nilai-nilai ilahiah dalam batin seseorang. Shalat misalnya yang didalamnya terdapat penuh do'a dan dzikir, dapat dipandang sebagai malja' (tempat berlindung) ditengah badai kehidupan modern, disinilah misi Islam untuk menyejukkan hati manusia. Dzikir fungsional akan mendatangkan manfaat antara lain; mendatangkan kebahagiaan, menentramkan jiwa, obat penyakit hati, dan sebagainya.

Allah Swt berfirman dalam Surat Al-Baqarah: 10, yaitu:

فِي قُلُوبِهِمْ مَّرَضٌ فَزَادَهُمُ اللَّهُ مَرَضًا ۖ وَلَهُمْ عَذَابٌ أَلِيمٌ ۖ بِمَا كَانُوا يَكْذِبُونَ

Artinya: *“Dalam hati mereka ada penyakit[23], lalu ditambah Allah penyakitnya; dan bagi mereka siksa yang pedih, disebabkan mereka berdusta.”*<sup>19</sup>

Adapun yang dimaksud gangguan jiwa (neurosa) menurut Zakiah Daradjat adalah “Kumpulan dari keadaan-keadaan yang tidak normal, baik yang berhubungan dengan fisik, maupun mental, keabnormalan tersebut tidak disebabkan oleh sakit atau rusaknya bagian-bagian anggota badan, meskipun kadang-kadang gejalanya terlihat pada fisiknya.”<sup>20</sup>

Untuk mengetahui apakah seseorang itu sehat atau terganggu jiwanya tidak dengan cara diukur atau diperiksa dengan alat-alat seperti halnya kesehatan

<sup>19</sup> Departemen Agama RI, *Al-Qur'an dan Terjemahannya* (Surabaya: Surya Cipta Aksara, 1993), h. 30.

<sup>20</sup> Zakiah Daradjat, *Kesehatan Mental* (Jakarta: Gunung Agung, 1983), h. 33.

badan. Biasanya yang dijadikan tanda-tanda dari orang yang mentalnya sehat adalah dari tindakan-tindakan dan tingkah lakunya.

Orang yang sakit jiwanya akan bertingkah sekehendak hatinya, ia bisa dikatakan tidak terikat oleh norma-norma hukum yang berlaku di masyarakat. Orang seperti ini dalam masyarakat umum disebut orang gila.

Ada beberapa penyebab gangguan jiwa diantaranya, yaitu:

- 1) Frustasi atau tekanan perasaan ialah suatu proses yang menyebabkan orang merasa akan adanya hambatan terhadap terpenuhinya kebutuhan-kebutuhannya atau bahkan akan terjadi sesuatu hal yang menghalangi keinginannya.<sup>21</sup>
- 2) Konflik jiwa atau pertentangan batin adalah terdapatnya dua macam dorongan atau lebih, yang berlawanan atau bertentangan satu sama lainnya. Dan tidak mungkin dipenuhi dalam waktu yang sama.<sup>22</sup> Konflik jiwa atau pertentangan batin dalam diri manusia pasti akan terjadi karena didalam diri manusia itu sudah ditanamkan dua sifat baik dan buruk yang selalu bertentangan (semenjak bayi). Sebagaimana penjelasan Zubaidi Mastal bahwa: Di dalam jiwa manusia terdapat dua unsur yang mempengaruhinya. Pertama adalah fujur, yaitu suatu sifat yang mengajaknya kebatilan, kedua takwa atau sifat yang mendorongnya kepada kebajikan.<sup>23</sup>
- 3) Kecemasan atau anxiety merupakan manifestasi dari berbagai proses emosi yang bercampur baur, yang terjadi ketika orang sedang mengalami tekanan

---

<sup>21</sup> *Ibid.*, h. 24.

<sup>22</sup> *Ibid.*, h. 26.

<sup>23</sup> Zubaidi Mastal, *Islam Dan Pembinaan Moral Bangsa* (Bandar Lampung: Gunung Pesagi, 1992), h. 15.

perasaan (frustasi) dan pertentangan batin (konflik).<sup>24</sup> Kecemasan itu timbul akibat mengetahui adanya bahaya yang mengancam dirinya, dan timbul karena merasa berdosa atau bersalah, karena melakukan hal-hal yang bertentangan baik dengan agama, nilai moral, dan hukum. Adapun pendapat M.A.W. Brouwer penyebab gangguan jiwa (neurosis) adalah “Timbulnya dari usaha seseorang untuk mengatasi masalah-masalah psikologis dan keadaan bersifat khusus, pribadi dan intern, yang tidak dapat dikuasai olehnya tanpa ketegangan (tension) cara-cara psikologis yang mengganggu, yang disebabkan rasa cemas yang ditimbulkannya, banyak yang beranggapan bahwa cemaslah yang merupakan sumber dinamis neurosis”.<sup>25</sup>

Macam-macam gangguan jiwa, diantaranya:

- 1) Histeria adalah akibat dari konflik yang terjadi antara “super ego” dan dorongan seks yang tidak diterima oleh “super ego”, atau akibat ketidakmampuan seseorang menghadapi kesukaran-kesukaran, tekanan perasaan, kegelisahan, kecemasan, dan pertentangan batin.<sup>26</sup>
- 2) Neurasthenia adalah perasaan yang sangat lelah sehingga menyebabkan seluruh badan letih, tidak bersemangat, pemarah, susah berfikir, mengingat sesuatu, sensitif dan susah tidur.<sup>27</sup>

---

<sup>24</sup> Zakiah Daradjat, *Op. Cit.*, h. 27.

<sup>25</sup> M.A.W.Brouwer dkk, *Kepribadian Dan Perubahannya* (Jakarta: PT. Gramedia 1989), h. 226.

<sup>26</sup> Zakiah Daradjat, *Op.Cit.*, h. 106.

<sup>27</sup> *Ibid.*, h. 105.

- 3) Skizofrenia adalah penyakit pada gangguan jiwa yang menimpa manusia modern dan industrial yang menyebabkan penderitanya tidak dapat menerima atau menilai kenyataan (realitas) yang terjadi pada dirinya.<sup>28</sup>
- 4) Depresi adalah suatu gangguan yang berlangsung cukup lama disertai gejala-gejalanya dan tanda-tanda spesifik yang secara substansial mengganggu kewajaran sikap dan tindakan seseorang atau orang yang menyebabkan kesedihan yang amat sangat dan bisa juga kedua-duanya.<sup>29</sup>
- 5) Kompulsi ialah suatu keinginan yang tidak bisa dicegah untuk melakukan suatu perbuatan, tidak bisa dikontrol, dan dikendalikan, dan sewaktu melakukannya bertentangan dengan kemauan yang disadari.<sup>30</sup>

Agar kita terhindar dari macam-macam gangguan jiwa diatas, maka kita harus selalu ingat dan mendekatkan diri kepada Allah Swt yaitu dengan cara berdzikir. Orang yang terkena gangguan jiwa adalah orang yang terlalu mengejar kehidupan dunia tanpa mengerjakan perintah Allah. Oleh karena itu, ia selalu agresif dalam memenuhi keinginan yang dapat memuaskan hatinya dengan cara apapun, tanpa ketentuan dan syariat Islam. Hal yang demikian itu tidaklah baik.

Al-Ghazali berkata, “Telah tersingkap bagi orang-orang yang memiliki mata hati bahwa dzikir adalah amal perbuatan yang paling utama. Tapi dzikir memiliki tiga kulit. Sebagian kulit lebih dengan isi dari sebagian yang lain. Dan

---

<sup>28</sup> Dadang Hawari, *Al-Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa Dan Kesehatan Jiwa* (Yogyakarta: Dana Bhakti Pimayasa, 2002), h. 136.

<sup>29</sup> Jhon H. Greist, M.D dan James W. Jefferson, M.D, *Depresi Dan Penyembuhan* (Jakarta: Gunung Agung, 1988), h. 1.

<sup>30</sup> Kartini Kartono dan Jenny Andari, *Hygiene Mental Dan Kesehatan Mental dalam Islam* (Bandung: Maju Mundur, 1989), h. 94.

dia memiliki isi di balik ketiga kulitnya itu. Keutamaan kulit adalah karena dia merupakan jalan untuk sampai kepada isi.

Kulit teratas adalah dzikir dengan lisan saja. Kulit yang kedua adalah dzikir hati. Hati membutuhkan penyesuaian, sehingga dia dapat hadir bersama dzikir. Seandainya hati dibiarkan, maka dia akan terseret ke lembah-lembah pemikiran.

Kulit yang ketiga, dzikir menetap di dalam hati dan menguasainya. Dalam kondisi ini, dzikir sulit dipalingkan dari hati, sebagaimana kesulitan untuk menetakannya di dalamnya pada kulit kedua.

Yang keempat adalah isi, yaitu obyek dzikir (Allah) menetap kokoh dalam hati, sedangkan lafal dzikir itu sendiri terhapus dan hilang. Inilah isi yang dicari. Yang demikian ini terjadi jika seseorang tidak melirik kepada dzikir dan hati, tapi dia tenggelam bersama obyek dzikir (Allah) secara total. Apabila di tengah dzikir dia melirik kepada dzikir, maka itu adalah penghalang atau tabir. Kondisi seperti inilah yang disebut oleh para ahli makrifat dengan kondisi fana.

Ini merupakan buah dari isi dzikir. Permulaannya adalah dzikir lisan, lalu dzikir hati dengan berat, lalu dzikir hati secara otomatis, lalu obyek dzikir (Allah) menguasai dan lafal dzikir terhapus.

Era modern saat ini banyak sekali masalah-masalah sosial, diantaranya kekerasan fisik (KDRT), pembantaian, pembunuhan, mabuk-mabukan minuman keras, yang paling sering terjadi adalah pelecehan seksual dan narkoba.



Narkoba menjadi masalah sosial yang paling dominan, pemakainya tidak mengenal usia (baik remaja maupun orang dewasa), serta tidak mengenal kalangan (baik orang biasa, artis, bahkan pejabat sekalipun).

Narkoba adalah singkatan dari narkotika dan obat/bahan berbahaya. Selain “narkoba”, istilah lain yang diperkenalkan khususnya oleh Kementerian Kesehatan Republik Indonesia adalah Napza yang merupakan singkatan dari narkotika, psikotropika, dan zat adiktif. Semua istilah ini, baik “narkoba” ataupun “napza”, mengacu pada kelompok senyawa yang umumnya memiliki resiko kecanduan bagi penggunanya. Menurut pakar kesehatan, narkoba sebenarnya adalah senyawa-senyawa psikotropika yang biasa dipakai untuk membius pasien saat hendak dioperasi atau obat-obatan untuk penyakit tertentu. Namun kini persepsi itu disalahartikan akibat pemakaian di luar peruntukan dan dosis yang semestinya.<sup>31</sup>

Narkoba ada dua jenis, yaitu adictif dan habituatif.<sup>32</sup>

1. Adictif atau ketergantungan fisiologis (ketergantungan obat yang bersifat biologis/fisik), berarti bahwa tubuh seseorang telah berubah sedemikian rupa sebagai hasil dari penggunaan obat-obatan psikoaktif secara teratur sehingga tubuh menjadi tergantung pada pasokan zat yang stabil. Tanda-tanda umum dari ketergantungan fisiologis mencakup perkembangan toleransi dan/atau sindrom abstinensi. Ketergantungan ini yang diserang

---

<sup>31</sup> <https://id.wikipedia.org/wiki/Narkoba/diakses25Mei2018/21.00>.

<sup>32</sup> Jeffrey S. Nevid, dkk, *Psikologi Abnormal Edisi Kelima Jilid 2* (Jakarta: Erlangga, 2003), h. 7.

adalah SSP (Sistem Saraf Pusat). Hal ini dapat disembuhkan dengan diberikan obat saja.

2. Habitatif atau ketergantungan psikologis (ketergantungan obat yang sifatnya psikis), mencakup penggunaan obat-obatan secara kompulsif untuk memenuhi kebutuhan psikologis, seperti tergantung pada obat untuk mengatasi stres. Lebih singkatnya, ketergantungan psikologis adalah penggunaan yang terus-menerus dari zat untuk memenuhi kebutuhan psikologis. Contohnya: orang yang merokok (perokok). Apabila ia tidak merokok maka ia merasa tidak tenang/gelisah, karena ada sesuatu yang kurang. Bahkan ia lebih tahan tidak makan, asalkan ia merokok. Orang tersebut (perokok) yang diserang adalah jiwanya, karena dalam rokok mengandung zat nikotin yang menyebabkan orang ketagihan, lagi, dan lagi. Perokok tersebut dapat disembuhkan dengan cara dzikir, yaitu dzikirnya Imam Al-Ghazali.

Dzikir dapat menjadi terapi gangguan jiwa dalam perspektif Imam Al-Ghazali apabila dilakukan secara *dawam* (terus-menerus) karena akan berbuah cinta kepada-Nya, dan dengan demikian Allah Swt akan semakin cinta kepada-Nya. Maka dzikir pun akan kian menjadi kebiasaan. Untuk permulaannya yaitu dengan dzikir lisan, setelah terbiasa berdzikir, maka lakukan dzikir hati. Dzikir yang dimaksud adalah tasbih, tahmid, takbir, shalawat kepada Nabi, dan lain sebagainya.

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Sesuai dengan rumusan masalah mengenai “Dzikir Sebagai Terapi Penyembuhan Gangguan Jiwa Dalam Perspektif Imam Al-Ghazali”, ada beberapa hal yang dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

Orang yang mengenal Allah adalah orang yang senantiasa berdzikir dan memalingkan hatinya dari kesenangan-kesenangan dunia yang fana, sehingga Allah menjaga dan melindunginya dalam semua urusannya. Hal ini tidak mengherankan. Sebab, barang siapa bersabar, dia pasti akan berhasil. dan barangsiapa terus mengetuk pintu, maka pintu itu akan dibukakan baginya.

1. Makna dan hakikat dzikir menurut Imam Al-Ghazali adalah menjauhkan diri / hati dari segala hal yang tidak berkaitan kepada Allah, dan selalu menyendiri serta berkonsentrasi seraya mengucapkan tasbih, tahmid, tahlil, istighfar, dan lain sebagainya.
2. Dzikir dapat menjadi terapi gangguan jiwa dalam perspektif Imam Al-Ghazali karena dalam QS. Ar-Rad: 28 yang artinya “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tentram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tentram.” Selain itu, rasulullah juga menyatakan bahwa dzikir adalah obat hati. Diriwayatkan dari Abu Hurairah ra dan Abu Said bahwasanya rasulullah Saw bersabda: tiadalah orang-orang yang duduk berdzikir kepada Allah melainkan para

malaikat mengelilingi mereka rahmat menyelimuti mereka ketenangan diturunkan kepada mereka dan Allah menyebut-nyebut mereka kepada para malaikat yang ada didekatnya (HR. Muslim dan Attirmizi). Dalam kehidupan kita sehari-hari, tidak akan pernah luput dari suatu masalah baik lahir maupun batin, hingga terkadang membuat manusia lemah tak berdaya ketika ia menghadapi suatu masalah hidup, tekanan hidup, dan bahaya hidup lainnya yang dianggap masalah besar dan begitu sulit untuk dihadapi. Bahkan terkadang ada seseorang yang sampai mengakhiri hidupnya sendiri dikarenakan frustrasi. Manusia akan lemah tak berdaya dalam menghadapi masalah hidupnya karena ia merasa tidak ada tempat bersandar dan penolong. Oleh karena itu hati pasti merasa gelisah, gundah, sedih, dan tidak tenang. Dengan berdzikir/mengingat Allah, mengingat segala kebesaran-Nya, rahmat-Nya, dan mengingat hakikat penciptaan manusia, bahwa *innasolati wanusuki wahmayaya wamamati lillahi robbil alamin* (sesungguhnya shalatku, ibadahku, hidup, dan matiku adalah milik Allah), maka hati akan menjadi tenang karena kita bersandar kepada Allah dan senantiasa bersyukur serta berserah diri kepada Allah.

## **B. Saran**

Kehidupan modern menuntut manusia untuk dapat secara maksimal mengembangkan kemampuan dan potensi yang dimilikinya, untuk berpartisipasi aktif dalam kemajuan yang berorientasi penuh pada teknologi dan perkembangan ilmu pengetahuan. Berikut ini beberapa saran yang dapat peneliti kemukakan, yaitu:

1. Kepada masyarakat hendaknya tidak terlalu mengikuti perkembangan zaman yang semakin maju dan menuntut kita untuk bisa mendapatkannya dengan menggunakan segala macam cara.
2. Kepada para remaja dan generasi muda saat ini, untuk lebih selektif dalam bergaul, memilih teman, dan menyaring kemajuan teknologi.
3. Agar kita terhindar dari gangguan jiwa, hindari keinginan-keinginan yang tidak terlalu penting, selalu bersyukur atas nikmat yang Allah berikan, hadapi setiap masalah yang menimpa kita dengan sabar dan berserah diri kepada Allah, serta selalu mendekatkan diri kepada Allah yaitu dengan cara berdzikir.

### C. Penutup

Puji syukur alhamdulillahirobbil alamin, dengan limpahan rahmat dan hidayah dari Allah Swt. penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah (skripsi) dengan judul “Dzikir Sebagai Terapi Penyembuhan Gangguan Jiwa Dalam Perspektif Imam Al-Ghazali”. Shalawat beserta salam penulislimpahkan kepada suri tauladan kita yaitu Nabi Muhammad Saw, karena berkatarahan dan bimbingannya penulisberada pada jalan yang in syaa allah diridhoi oleh Allah Swt.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam penulisan dan pembahasan skripsi ini masih banyak kekurangan, baik dari segi bahasa, penulisan, penyajian, sistematika, maupun analisisnya.

Semoga penelitian ini membawa manfaat bagi pembaca dan penulis, selain itu juga mampu memberikan khasanah ilmu pengetahuan yang positif bagi keilmuan dan semoga menjadi lembaran amal serta timbangan kebaikan.

Sebagai insan yang tidak luput dari kesalahan dan kekurangan, penulis mengharapkan kritik yang bersifat konstruktif, sehingga dapat menambah literatur dan dapat dijadikan sebagai bahan penelitian lebih lanjut.



## DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Qayyum. *Surat-Surat Al-Ghazali* Terj. Haidar Bakir. Bandung: Mizan, 1989.
- Abu Al-Walaf Al-Ghanimi Al-Taftazani. *Sufi Dari Zaman Ke Zaman*. Terj. Ahmad Rofi' Utsmani. Bandung: Pustaka Salman, 1985.
- A. Fahri. *Mencari Ketenangan Jiwa*. Surabaya: Andalas, 1986.
- A. Hanafi. *Pengantar Theologi Islam*. Jakarta: Djaya Murni, 1967.
- A. Havizh Anshari AZ. Dkk. *Ensiklopedi Islam 3* (cet. I). Jakarta: PT. Ichtiar Baru Van Hoeve, 1993.
- Afif Anshori. *Dzikir Demi Kedamaian Jiwa*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003.
- Al-Ghazali. *Aljanibu al-Athifi Minal Islam Terjemah Cecep Bihar Anwar*. Jakarta: Lentera Basrithama, 1990.
- , *Ihya Ulumuddin* Jilid II Terj. Ismail Yakub. Fauzan, 1997.
- , *Al-Munqidz Min adl-Dhalal* Terj. Abdul Halim Mahmud. Indonesia: Darul Ihya, Tt.Th.
- Al-Islam. *Muamalah dan Akhlak*. Jakarta: Rineka Cipta, 2007.
- Al-Khomeini. Syarh Arbain Haditsan Terjemah Zaenal Abidin. *Hadits Telaah atas Hadits Mistik dan Akhlak*. Bandung: Mizan Pustaka, 2004.
- Amin Syukur. *Zuhud Di Abad Modern*. Jakarta: Pustaka Pelajar, 1997.
- , *Dasar-Dasar Ilmu Dakwah*. Surabaya: al-Ikhlas, 2006.
- , *Insan Kamil 'Paket Pelatihan Seni Menata Hati'*. Semarang: Bima Sakti, 2003.
- Amin Syukur dan Masyaharuddin. *Intelektualisme Tasawuf*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2002.
- Anton Bakker. *Metode-Metode Filsafat*. Jakarta: Ghalia, 1984.
- Anton Bakker dan Achmad Charis Zubair, *Metodologi Penelitian Filsafat*. Yogyakarta: Kansius, 1990.



Anwar Syaifudin. *Cara Islami Mencegah dan Mengobati Gangguan Otak, Stres dan Depresi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2003.

Arifin Ilham. *Mendzikirkan Mata Hati*. Jakarta: Intuisi Press, 2014.

Askat Abu Wardah. *Wasiat Dzikir dan Do'a Rasulullah SAW*. Yogyakarta: Kreasi Wacana, 2002.

Aulia. *Agama dan Kesehatan Badan/Jiwa*. Jakarta: Bulan Bintang, 1974.

Bastman Hanna Djumhana. *Integrasi Psikologi dengan Islam* (cet. III). Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2001.

Beni Ahmad Saebani dan Abdul Hamid. *Ilmu Akhlak*. Bandung: CV Pustaka Setia, 2010.

Carole Wade dan Carol Tavris. *Psikologi Edisi Kesembilan Jilid 2*. Jakarta: Erlangga, 2007.

Cholid Narbuko dan Abu Achmad. *Metode Penelitian*. Jakarta: Bumi Aksara, 1997.

Dadang Hawari. *Al-Qur'an Ilmu Kedokteran Jiwa Dan Kesehatan Jiwa*. Yogyakarta: Dana Bhakti Pimayasa, 2002.

Dedi Supriyadi. *Pengantar Filsafat Islam*. Bandung: Pustaka Setia, 2009.

-----, *Pengantar Filsafat Islam* (cet. III). Bandung: CV Pustaka Setia, 2013.

Departemen Agama RI. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Surabaya: Surya Cipta Aksara, 1993.

Departemen Pendidikan Nasional. *Kamus Besar Bahasa Indonesia* (Edisi IV). Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2008.

Djamaludin Ancok. *Psikologi Islami*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar. 2001.

Fachrudin HS. *Terjemahan Hadits Shahih Muslim I*. Jakarta: Bulan Bintang, 1978.

Hasyimisyah Nasution. *Filsafat Islam*. Jakarta: Gaya Media Pratama, 1999.

Imam Al-Ghazali. *Ihya' 'Ulumuddin (Buku Pertama): Biografi Al-Ghazali, Ilmu, Iman* (cet. I Edisi Revisi). Bandung: Marja, 2014.

-----. *Ihya Ulumuddin*, Penerjemah Moh. Zahri. Semarang: Asy Syifa.

Imam Hasan Al-Banna. *Warisan Suci*. Penerjemah Jalalludin Rahmat. Bandung: Mizan, 1994.

Imam Nawawi. *Mendzikirkan Mata Hati*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2005.

Jeffrey S. Nevid, dkk. *Psikologi Abnormal Edisi Kelima Jilid 2*. Jakarta: Erlangga, 2003.

Jhon H. Greist, M.D dan James W. Jefferson, M.D, *Depresi Dan Penyembuhan*. Jakarta: Gunung Agung, 1988.

J.W.M. Bakker SY. *Sejarah Filsafat Dalam Islam*. Yogyakarta: Yayasan Kansius, 1978.

K. Permadi. *Pengantar Ilmu Tasawwuf* (cet. II). Jakarta: Rineka Cipta, 2004.

Kaelan. *Metodologi Penelitian Kuantitatif Bidang Filsafat*. Yogyakarta: Paradigma, 2005.

Kartini Kartono. *Metodologi Research*. Bandung: Mandar Maju, 1990.

Kartini Kartono dan Jenny Andri. *Hygine Mental Dan Kesehatan Mental dalam Islam*. Bandung: Mandar Maju, 1989.

Kh.S.S.Djam'a. *Islam dan Psikosomatik (Penyakit Jiwa)*. Jakarta: Bulan Bintang, 1975.

Mahmud Hamdi Zaquq. *Al-Ghazali Sang Sufi Sang Filosofis*. Bandung: Pustaka, 1987.

M. Ahmadi Anwar. *Prinsip-Prinsip Metodologi Research*. Yogyakarta: Sumbangsih, 1975.

M.A.W. Brouwer dkk. *Kepribadian Dan Perubahannya*. Jakarta: PT. Gramedia 1989.

M. Baharudin. *Dasar-Dasar Filsafat*. Lampung: Harakindo Publising, 2013.

M. Iqbal Hasan. *Pokok-Pokok Materi Metodologi Penelitian dan Aplikasinya*. Jakarta: Ghia Indonesia, 2005.

M. Sholihin dan Rosihin Anwar. *Kamus Tasawuf*. Bandung: Rosda Karya, 2002.

- Muhammad Zaki. *Zikir Itu Nikmat*. Bandung: Remaja Rosda Karya, 2002.
- Mulyadhi Kartanegara. *Menyelami Lubuk Tasawuf*. Jakarta: Erlangga, 2006.
- M. Yasir Nasution. *Manusia Menurut Al-Ghazali*. Jakarta: Sri Gunting, 2002.
- Noer Iskandar Al-Barsany. *Tasawuf Tarekat dan Para Sufi* (cet. I). Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2001.
- Noeng Muhajir. *Metodelogi Penelitian*. Yogyakarta: Rekarasin, 2009.
- , *Metode Penelitian Kualitatif*. Jakarta: Rajawali Pers, 1992.
- Peter Salim dan Yenny Salim. *Kamus Bahasa Indonesia Kontemporer*. Jakarta: Modern English Press, 1991.
- Poerwantana, A. Ahmadi, Rosali. *Seluk Beluk Filsafat Islam*. Bandung: Rosda, 1988.
- Sa'id Hawwa. *Mensucikan Jiwa 'Konsep Tazkiyatun Nafs: Intisari Ihya Ulumuddin Al-Ggazali'*. Jakarta: Robbani Press, 1998.
- Sayyid Shabiq. *Fiqih Sunnah*. Penerjemah Mahyuddin Syaf. Bandung: Al-Ma'arif, 1988.
- Solihin dan Rosihin Anwar. *Kamus Tasawuf*. Bandung: Remaja Rosda Karya, 2002.
- Suharto dan Tata Iryanto. *Kamus Bahasa Indonesia*. Surabaya: Indah, 1989.
- Syaifudin Zuhri. *Menuju Kesucian Diri*. Bandung: Remaja Rosda Karya, 2000.
- Syaikh Abdul Qadir Isa. *Hakekat Tasawuf*. Jakarta: Qisthi Press, 2005.
- Toto Tasmara, *Kecerdasan Rohaniah 'Transcendental Intelegence'*. Jakarta: Gema Insani Press, 2001.
- Wahab. *Menjadi Kekasih Tuhan*. Jakarta: Serambi Ilmu Semesta, 2008.

Zainal Abidin. *Riwayat Hidup Al-Ghazali*. Jakarta: Bulan Bintang, 1979.

Zakiah Daradjat. *Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung, 1983.

----- . *Kesehatan Mental*. Jakarta: Gunung Agung, 2001.

----- . *Kesehatan Mental dan Peranannya dalam Pendidikan dan Pengajaran*. Jakarta: IAIN Syarif Hidayatullah Jakarta, 1984.

Zubaidi Mastal. *Islam Dan Pembinaan Moral Bangsa*. Bandar Lampung: Gunung Pesagi, 1992.

Sumber dari Internet

<https://id.wikipedia.org/wiki/Narkoba/>, diakses 25 Mei 2018 pukul 21.00 wib.

